ПОДПИСКА: "ПОЧТА РОССИИ" – 60300, "ПРЕССА РОССИИ" И "РОСПЕЧАТЬ" – 18127

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Твой рецепт нужен всем!

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

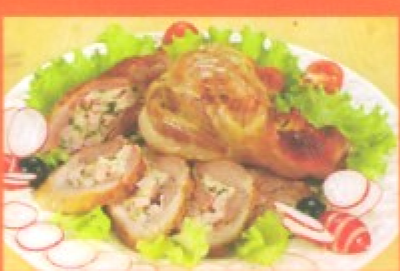
Лучшие рецепты наших читателей

всего за 10 рублей

№3 МАРТ 2009



"ЦЫПЛЯТА НА ЛУЖАЙКЕ"
от Татьяны Лазаревой
из Московской обл. с. 17



ФАРШИРОВАННЫЕ ГОЛЕНИ ИНДЕЙКИ
от Ирины Кузиной
из Воронежа с. 35



СДОБНЫЕ БУЛОЧКИ
от Соны Караханян
из Новороссийска с. 58



ISSN 1818-6327

В гостях у семьи Ивах из Москвы

КАРП В ДУХОВКЕ С ОВОЩАМИ

с. 10–11

ЧИТАЙ В ЭТОМ НОМЕРЕ:

Темы с обложки выделены цветом

Призы и конкурсы

Следующий номер журнала выйдет 26 марта. Как всегда, он будет составлен из писем наших читателей-кулинаров. Присылай и ты рецепт и фото по адресу: 127521, Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". В письме расскажи немного о себе и обязательно укажи свои паспортные данные, адрес с индексом, телефон, дату рождения и конкурсную рубрику. Авторов всех опубликованных рецептов ждет денежный приз — 500 рублей. Когда ты получишь его почтовым переводом, пожалуйста, напиши об этом в редакцию или сообщи нам по электронной почте:gotovte@burda.ru

ПРОВЕРЕНО РЕДАКЦИЯ ЛГ — Печать означает, что блюдо приготовлено редакцией по рецепту читателя.



Сотрудник редакции опытный шеф-повар Ирина Жукова

Встреча весны

Март. И пусть еще небо хмурится, на душе светло и радостно, потому что пришла весна. И это праздник! Пригласите гостей, накройте стол и устройте проводы зимы. И не забудьте поздравить любимых мам, бабушек и дочерей, ведь скоро 8 Марта. Как приятно получить сладкий подарок, испеките шоколадные сердечки от Алены Сокол.

По вашим просьбам темой этого номера мы сделали детское питание. Как иногда сложно угодить маленьким привередам. Мамочки идут на разные хитрости. Татьяна Лазарева готовит для племянников "Цыплят на лужайке". От такой милой закуски не откажется ни один малыш.

В апреле мы будем праздновать Пасху. Ждем от вас рецепты и фото куличей, пирогов, кексов и других сладостей. До встречи!



Рецепт в наследство

У нас двое маленьких детей — Злата и Вова. Очень нравится ваш журнал. Хотим предложить и свой рецепт. Это блюдо раньше готовили мама и бабушка мужа, а теперь оно стало и нашим традиционным.

Олег и Анна Гуркины, г. Азов

Судак по-азовски

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 судак (1,5 кг); 2 луковицы; 1 морковь; 1 кг картофеля; 0,5-л банка консервир. помидоров в собственном соку (лучше домашних); перец горошком; лавровый лист; соль; мука для панировки; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу очистить и нарезать на порционные куски. Посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить до готовности.

2. Картофель помыть, очистить, нарезать, посолить и обжарить до готовности. Морковь помыть, очистить, нарезать и обжарить, добавить нарезанный лук и жарить, помешивая, 5 мин.

3. Положить помидоры вместе с жидкостью, довести до кипения, огонь убавить, тушить, помешивая, в течение 5 мин.

4. В сковороду с картофелем выложить рыбу. Поставить на огонь и залить томатной пассеровкой. Добавить перец горошком, лавровый лист. Тушить 20 мин на медленном огне.

Анна и Олег советуют

● **Вместо судака для этого блюда можно взять другую речную рыбу, например щуку.**

КОНКУРС!



Какие блюда чаще всего ты готовишь в мае? Пришли нам рецепты вместе с фото. Не забудь посмотреть и заполнить купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию получишь приз 500 руб.



Людмила Москвитина, г. Москва. **В нашей семье очень любят блины, мы их едим со сметаной, джемом, рубленой селедкой, печеночным паштетом. Иногда блины остаются, и я придумала, как их использовать.**

Закуска "Прощание с зимой"

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 тонких блинчика; 300 г мягкого сыра; 2 зубчика чеснока; 1 стебель лука-порея; зелень; соль; перец; майонез; помидорка черри

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тонкие блинчики свернуть в рулетики и нарезать на тонкие колечки. Несколько колечек оставить для украшения. Остальные распустить в лапшу. Зелень помыть и мелко нарезать. Лук-порей помыть и нарезать кружочками.

2. Сыр нарезать соломкой, чеснок очистить и измельчить. Блинчики перемешать с сыром, добавить чеснок, зелень, лук-порей, заправить майонезом и хорошо перемешать.

3. Закуску выложить в тарелку, украсить блинными колечками, зеленью, помидоркой черри и подать к столу.

Курочка "Аппетитная"

Мария Федорова, г. С.-Петербург. **На фото я с любимой сестрой Анютой.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 куриных окорочка; 1 банка консерв. красной фасоли; 3 помидора; 1 большая луковица; соль; смесь перцев; куркума; 0,5 ч. л. уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Окорочка натереть солью. Выложить в посуду для тушения. Лук нарезать полукольцами. Помидоры помыть и нарезать кружочками.

2. На окорочка выложить фасоль, лук и помидоры. Посыпать перцами, куркумой, налить немного воды и тушить под крышкой на медленном огне 45 мин.

Салат с ананасами

Ольга Колокольцева, г. Кемерово. **Этот салат просто готовить, он сытный и необычный на вкус. На фото моя любимая дочка Полинка.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 крупный окорочок; 1 луковица; 1 баночка консервированных шампиньонов; 100 г консервированных ананасов; майнез по вкусу; растительное масло для жарки; соль; колечки ананасов для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Окорочок отварить в подсоленной воде до готовности, охладить, затем отделить мясо от костей. Мясо мелко нарезать.

2. Лук очистить, нарезать и немного обжарить на растительном масле. Консервированные ананасы мелко нарезать.

3. Курицу, лук, грибы, ананасы соединить и хорошо перемешать.

4. Салат заправить майонезом по вкусу, украсить колечками ананаса и подать на стол.

МЕНЮ СЕЗОНА

Салат с кальмарами

Екатерина Макарова, г. Обнинск. **Очень люблю покупать ваш журнал и готовить по нему разные блюда. Вот решила поделиться рецептом очень вкусного салата.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг кальмаров; 4 вареных яйца; 3 луковицы; 0,5 банки консерв. кукурузы; 4 ст. л. рубл. грецких орехов; 1 ст. л. растительного масла; майонез, соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кальмары опустить в кипящую подсоленную воду на 3 мин, охладить, очистить и нарезать соломкой. Яйца мелко нарезать, лук очистить, нарезать и обжарить до золотистого цвета. Лук выложить на салфетку, чтобы стекло лишнее масло.

2. Кальмары, яйца, лук, кукурузу без жидкости, орехи соединить, немного посолить и перемешать. Салат заправить майонезом по вкусу и вновь хорошо перемешать.



Марина Брунчукова, г. Ханты-Мансийск. **Приятное сочетание сладковатых блинчиков с солоноватой сырной начинкой.**

Блинчики с сыром

ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 л молока; 200 мл воды; 2 яйца; 3 ст. л. сахара; 3 ст. л. растительного масла; 1 ч. л. соли; 1 пакетик ванильного сахара; 2,5 стакана муки; 250 г твердого сыра; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отделить белки от желтков. Белки взбить до образования пены. Молоко, воду, сахар, растительное масло, соль, ванильный сахар, муку соединить и хорошо перемешать. Взбитые белки ввести в тесто, перемешать и сразу же выпечь блинчики.

2. Сыр натереть на мелкой терке. Каждый блин с одной стороны посыпать сыром и свернуть треугольником.

3. Блины выложить на застеленный бумагой для выпечки противень. Запекать в предварительно нагретой до температуры 220°C духовке в течение 7 мин до хрустящей корочки.

Тушеные свиные ребрышки

Наталья Чеботаева, г. Ставрополь. **Этот рецепт предложила мне моя свекровь Вера Алексеевна.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг свиных ребрышек; 1 луковица; 1 морковь; соль; зелень; перец горошком; черный молотый перец; лавровый лист

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Ребрышки порубить и обжарить на сухой сковороде, переложить в кастрюлю, залить горячей водой, добавить перец горошком, тушить 1 ч. Морковь натереть на крупной терке, луковицу нарезать полукольцами.



2. За 15 мин до окончания тушения добавить лук, морковь, через 10 мин блюдо посолить, положить рубленую зелень, лавровый лист и молотый черный перец.

Курник

Моя невестка несколько лет жила в Узбекистане. Она научила меня готовить много вкусных и сытных блюд. Предлагаю рецепт курника. Понадобится для теста: 1 кг муки; 250 г маргарина; 200 г сметаны; 2 яйца; 1 ч. л. гашеной соды; соль. Для начинки: 0,5 кг картофеля; 3 луковицы; 0,5 кг куриного филе; соль; перец; укроп. Замесить тесто и дать постоять. В это время приготовить начинку. Филе курицы нарезать, картофель нарезать кубиками, лук — полукольцами, зелень порубить. Все соединить, посолить, поперчить и перемешать. Тесто разделить на две части (большую и меньшую). Большую раскатать и выложить на дно глубокой сковороды, чтобы края выходили поверх сковороды, затем положить начинку, налить 2 ст. л. воды и накрыть оставшимся пластом. Защепить края, сверху сделать елочки из теста и смазать яйцом. Запекать в духовке при 180°C 1,5 часа.

Курник режут на куски и кушают руками вместе с тестом. Хлеба не потребуется.

Светлана Рябцева, г. Алексеевка



Татьяна Подобед, г. Москва. **Мясо для этого блюда предварительно можно замариновать на 12 часов в соевом соусе с измельченным чесноком.**

"Пивные горшочки"

ПОНАДОБИТСЯ

● 300 г свинины; 3 картофелины; 2 моркови; 1 луковица; 1 помидор; 1 л темного пива; 4 ст. л. сметаны; 100 г твердого сыра; соль; базилик; майоран; раст. масло для жарки

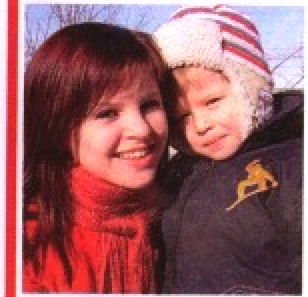
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свинину нарезать кубиками. Морковь и картофель также нарезать кубиками. Лук очистить, мелко нарезать и обжарить до золотистого цвета. Помидор разрезать на четыре части.

2. Выложить в горшочки слоями: картофель – морковь – мясо – лук – помидор. Каждый слой посолить и приправить. Горшочки залить пивом, запекать в нагретой до 180°C духовке 1 ч. За 10 мин до готовности положить в горшочки по 1 ст. л. сметаны и накрыть кусочком сыра.

Печень под банановым соусом

Светлана Величко, г. Лабинск. **Первым это блюдо оценил мой 6-летний племянник Никита.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 300 г куриной печени; 1 бульонный кубик со вкусом курицы; 1 банан; 125 мл сливок; 1 зубчик чеснока; 2 ст. л. муки; рубленая кинза; карри; раст. и слив. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Печень помыть, посолить и обвалять в муке. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить в нем печень. Переложить печень на тарелку и поставить в теплое место.

2. Приготовить банановый соус. Чеснок измельчить, банан нарезать маленькими кубиками и обжарить вместе с чесноком на сковороде со сливочным маслом, посыпать измельченным бульонным кубиком. Приправить карри, залить сливками и стаканом воды, перемешать, прокипятить до пюреобразного состояния.

3. Выложить печень на блюдо. Полить банановым соусом, украсить по желанию зеленью.



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 4

Наталья Кравченко, Челябинская обл. **Люблю вкусненько покушать, посылаю свой рецепт.**

Куриные ножки в маринаде по-карибски

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 куриные голени; 2 зубчика чеснока; 1 ст. л. горчицы; 1 ст. л. соевого соуса; 2 ст. л. томатной пасты; 2 ст. л. бальзамич. уксуса; 8 ст. л. раст. масла; 1 ст. л. грушевого сока; 1 банка (200 г) консервир. ананасов

● **Для гарнира:** 1 красная луковица; 200 г помидоров черри; 2 банки консервир. кукурузы; 2 ст. л. бальзамич. уксуса; 1 ст. л. сахара; 1 ст. л. растит. масла; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить маринад. Соединить соевый соус, грушевый сок, горчицу, томатную пасту, бальзамический уксус и 3 ст. л. раст. масла, взбить. Чеснок очистить, пропустить через пресс, добавить в маринад, перемешать.

2. Обильно смазать голени маринадом, выложить в миску, накрыть пленкой и поставить в холодильник на ночь.

3. Замаринованные голени жарить 20 мин на сковороде с оставшимся раст. маслом до румяной корочки. В конце приготовления добавить нарезанный кусочками ананас из консерв. ананас с соком, посыпать сахаром, тушить 5 мин. Выложить на блюдо.

4. Приготовить гарнир. Помидоры помыть, обсушить, нарезать дольками, из банок с кукурузой слить сок. Лук очистить, нарезать кольцами. Все соединить, залить заправкой из смеси бальзамического уксуса и раст. масла, перемешать. Выложить на блюдо с куриными голенями. Украсить по желанию.

Ирина Жукова советует

● **По этому рецепту можно приготовить не только голени, но и филе курицы или индейки.**

● **Для маринада можно использовать яблочный или винный уксус.**

● **Добавление в маринад порошка карри улучшит вкус блюда.**

Фото: В. Билунова (2)



Время приготовления: 1 ч 30 мин
Количество порций: 8–10

Татьяна Кудрявцева, Тверская обл. **Я готовлю ежедневно и очень люблю экспериментировать, придумывать новое.**

Мясной пирог "Нежность"

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 2 стакана муки; 2 яйца; 1 стакан воды; 1 стакан кефира; 2 ст. л. растительного масла; соль по вкусу; 1 яйцо для смазки; 1 ст. л. сахара

● **Для начинки:** 500 г вареной говядины; 500 г лука; соль; перец; растит. масло; 1 ст. л. манной крупы; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Из манной крупы сварить кашу на воде. Лук очистить, мелко нарезать, обжарить на растительном масле.

2. Вареную говядину пропустить через мясорубку. К полученному фаршу добавить 0,5 стак. манной каши, жареный лук вместе с маслом, соль, перец по вкусу, хорошо перемешать.

3. Приготовить тесто. Взбить яйца с солью. Добавить муку, холодную воду, кефир, растительное масло, сахар, тщательно перемешать, чтобы получилось мягкое тесто. Накрыть пленкой, поставить в холодильник на 1 ч.

4. Охлажденное тесто раскатать в прямоугольный пласт на присыпанной мукой поверхности. Выложить на пласт мясной фарш, разровнять, свернуть тесто рулетом. Сделать на рулете надрезы наискосок. Сверху смазать взбитым яйцом.

5. Запекать пирог в предварительно нагретой до180°С духовке в течение 30 мин. Готовый пирог выложить на блюдо, нарезать на порции, украсить зеленью и подавать.

Ирина Жукова советует

● **Мясной фарш будет сочнее, если лук для него жарить на сливочном масле и влить немного теплой воды.**

● **Тесто станет пышнее, если в него добавить 0,5 ч. л. гашеной соды или разрыхлитель.**

● **Муку для любого теста нужно обязательно просеивать, это улучшит качество выпечки.**



Когда в семье лад

Выходных дней в семье Ивах ждут с нетерпением. Не только потому, что можно выспаться и никуда не спешить. А потому, что все дома, и мама обязательно приготовит что-нибудь вкусненькое. Мама Оля — отличная кулинарка. В тот день школьница Саша и пятилетний Алеша проснулись от запаха блинов и сразу побежали на кухню. "Одевайтесь, скоро гости придут," — торопила их мама. А гости, то есть мы, представители редакции "Люблю готовить!", не заставили себя долго ждать и вскоре позвонили в дверь. Нас встречала вся дружная семья: Владимир, Ольга и дети. Мы познакомились и огляделись: в квартире — идеальный порядок. Из кухни доносились вкусные запахи. Вскоре мы все сидели за кухонным столом и за трапезой продолжили знакомство. Семья Ивах переехала в Москву 10 лет назад из Нижневартовска. Владимиру и Ольге удалось получить перевод в московское отделение фирмы, где они вместе работают, он — компьютерщиком, она — координатором по закупке оборудования.



Раз, два — и салат готов!

— Мы продали свою квартиру и купили здесь новостройку, — рассказала Ольга, — приехали с одной дочкой, а сынок родился в Москве.

Пока мы беседовали, со стола с быстротой молнии исчезали блины — любимое детское кушанье. Мы тоже попробовали, очень вкусно! Блины Ольга пекла на электроблиннице, тесто делала на газированной воде, а украшать блины помогала дочка. Популярный салат "Полянка" с лисичками, который надо уложить слоями: грибы, зелень, мясо курицы, огурцы, вареные яйца, все промазать майонезом, а потом перевернуть, тоже удался на славу. Понравились нам и молдавские мини-голубцы в соленых листьях мать-и-мачехи (Владимир родом из Молдавии, рецепт оттуда). А гвоздем программы стал огромный карп, запеченный в духовке. Но еще один сюрприз был впереди: рулет с мороженым! Нам рассказали, как его сделать: испечь пласт бисквита, неплотно свернуть рулетом, остудить, наполнить мороженым — и в морозилку. Подобными кулинарными чудесами Ольга постоянно удивляет родных.

Мы спросили, как она все успевает: работать, двоих детей растить и дом содержать? Отвечает: "Готовить люблю с юности, к порядку приучена с детства, да еще повезло, что работа рядом с домом. И, конечно, мой муж всегда и во всем помогает". Вот так мы и узнали слагаемые семейного счастья.

На прощание мы вручили радушным хозяевам приз — мини-комбайн "Bosh". Готовьте родным на радость!

В гостях побывали редактор Наталья Колесникова и фотограф Дмитрий Позднухов



Пора блины подавать



Получать подарки — особое удовольствие

Карп, запеченный с овощами

ПОНАДОБИТСЯ

● свежий карп весом 1,5–2 кг; 2 луковицы; 2 моркови; 2 помидора; сок 1 лимона; зелень петрушки и укропа; 1 ст. л. сметаны; 1 ст. л. майонеза; приправа для рыбы; растительное масло для жарки; жареный картофель; соль, перец по вкусу



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу очистить, выпотрошить, помыть. Снаружи и внутри сбрызнуть соком лимона, посыпать приправой, посолить, поперчить, оставить на 15 мин. Зелень помыть, половину порубить, остальную оставить для украшения.

2. Лук и морковь очистить, лук нарезать полукольцами, морковь натереть на терке, 1 помидор мелко нарезать. Обжарить все овощи на раст. масле, добавить рубленую зелень, соль, перемешать.

3. Нафаршировать рыбу овощами, обмазать смесью майонеза и сметаны, завернуть в фольгу. Запекать карпа 45–50 мин в духовке, нагретой до 180°С, затем развернуть фольгу, запекать 15 мин до подрумянивания.

4. Выложить карпа на блюдо с зеленью, украсить сеткой из майонеза, помидорами, жареной картошкой.

ПРИГЛАСИТЕ НАС К СЕБЕ!

Хочешь увидеть свою семью на нашей обложке? Пришли нам приглашение в письме вместе с рассказом о себе и своих близких, о ваших любимых блюдах. Не забудь заполнить купон на с. 66. Приглашение пошли по адресу: 127521, Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". Мы приедем с подарком!



Кушай, малыш!

Здравствуйте, дорогая и любимая редакция журнала "Люблю готовить!". Хочу принять участие в конкурсе "Детская кухня". Нежные куриные котлетки очень нравятся моей дочурке. На фото главный дегустатор, моя любимая дочурка Кариночка.

Екатерина Тимашевских, г. Липецк

Котлетки "Нежные"

ПОНАДОБИТСЯ:

● 0,5 кг куриного филе; 2 яйца; 4 ст. л. манной крупы; 1 морковь; 2 луковицы; 4 ст. л. сметаны или сливок; щепотка соли; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриное филе нарезать на маленькие кусочки и отбить до мелких волокон.
2. Морковь хорошо помыть, очистить, затем натереть на мелкой терке. Лук также очистить и мелко нарезать.
3. Тертую морковь, нарезанный лук, яйца, манку, сливки или сметану соединить с курицей, хорошо перемешать и оставить на 30–40 мин (для разбухания манки).
4. Растительное масло разогреть на сковороде. Столовой ложкой выкладывать массу в форме оладушек. Обжарить с двух сторон до золотистой корочки.

Екатерина советует

● **Котлетки можно запечь в духовке. Перед жаркой или запеканием оладушки можно посыпать тертым сыром.**

● **Котлетки хорошо приготовить на пару, в этом случае в массу нужно добавить немного больше манной крупы.**

КОНКУРС!



Тема майского номера — запеканки. Присылай свои любимые рецепты вместе с фото. Посмотри и заполни купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию получишь от нас 500 руб.



Екатерина Цоль, г. Луховицы. **Этот супчик придется по вкусу детям. Он имеет нежный, изысканный вкус. Готовьте и кушайте на здоровье!!!**

Куриный супчик с молоком

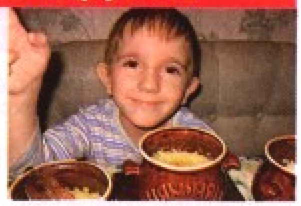
ПОНАДОБИТСЯ

● 200 мл молока; 800 мл воды; 300 г куриных грудок; 4 картофелины; 1 луковица; 1 ст. л. слив. масла; 2 ст. л. муки; 1 яйцо; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Молоко соединить с водой в кастрюле. Положить куриные грудки и варить, снимая пену, до готовности курицы. Курицу вынуть, отделить мясо от костей, мясо нарезать и вновь положить в кастрюлю.
2. Картофель помыть, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, затем мелко нарезать.
3. Лук и картофель добавить в кастрюлю, посолить. Муку взбить с яйцом, положить в суп и размешать. В конце варки добавить сливочное масло.

Каша в горшочках "Дружба"



Ольга Авдонина, г. Кинешма. **Эту кашу в детстве мне готовила мама и называла ее "каша из топора" — как в сказке!**

ПОНАДОБИТСЯ

● 50 г пшена; 50 г риса; 200 мл молока; соль, сахар, ванильный сахар по вкусу; кусочек сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Крупы положить в горшочек, влить молоко, 100 мл воды. Посолить, добавить сахар, ванильный сахар и хорошо перемешать. Духовку нагреть до 200°С.
2. Поставить горшочек в духовку. Запекать в течение 40–45 мин.
3. Горшочек достать из духовки, положить кусочек сливочного масла и подать к столу.

Сладкие сырники

Елена Рощина, г. Саратов. **Маленькие сладкоежки обязательно оценят этот вкусный и полезный десерт. На фотографии моя дочка Юлечка.**



ПОНАДОБИТСЯ

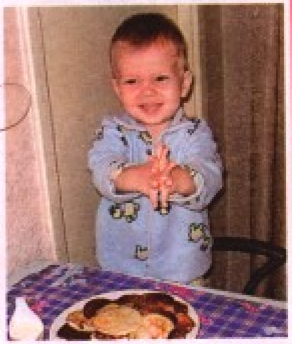
● 200 г нежирного творога
● 1 ст. л. манной крупы
● 1 яйцо
● 3 ч. л. сахара
● растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отделить желток от белка. Белок взбить, а желток растереть с творогом.
2. Добавить манную крупу, сахар и взбитый белок, хорошо перемешать.
3. В маленькой кастрюльке вскипятить воду. Чайной ложкой брать творожную массу и опускать в кипяток. Ложку каждый раз смачивать в холодной воде, чтобы масса к ней не прилипала.
4. Варить сырники, пока не всплывут на поверхность. Подавать их можно с сахарной пудрой, сгущенным молоком или фруктовым пюре.

Оладушки-шоколадушки

Юлия Агапова, г. Москва. **Я мама двух замечательных мальчиков. Они у меня сластены, и я люблю выдумывать для них что-нибудь очень вкусненькое.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 3 яйца
- 0,5 стакана сахара
- 300 г творога
- 0,5 стакана молока
- 1 стакан муки
- 50 г шоколада
- щепотка соли
- 0,5 ч. л. соды
- 1 ст. л. растительного масла
- растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца соединить с сахаром и взбить добела. Добавить творог, молоко и перемешать. Всыпать соду и вновь хорошо перемешать. Добавить муку, растительное масло, тертый шоколад и замесить тесто.

2. Печь оладьи с двух сторон на разогретой с раст. маслом сковороде. Подавать с медом или со сметаной.



Элеонора Труш, г. Владивосток. **Когда моя дочь была маленькая, я часто готовила пшенные биточки.**

Биточки пшенные

ПОНАДОБИТСЯ
- 0,5 кг пшена; 1 л молока; соль; 2 яйца; мука для обвалив.; растительное масло
- **Для соуса:** 3 ст. л. муки; 1 ст. л. сливочного масла; банка сгущенного молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Пшено перебрать, промыть и сварить густую, вязкую кашу, подсолить. Остудить, добавить яйца, перемешать и сформовать биточки.

2. Обвалять их в муке и обжарить на раст. масле.

3. Приготовить соус. Муку обжарить на сухой сковороде до золотистого цвета, затем добавить слив. масло, все перемешать, развести соус холодной водой, добавить сгущенку и, помешивая, довести до кипения. Биточки подавать с соусом.

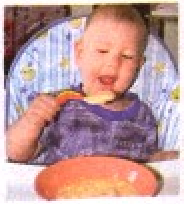
Элеонора советует

- **Биточки можно делать из рисовой и манной крупы, а подавать с медом, вареньем, киселем.**

Манная каша для малышей

Наталья Самойлова, г. С.-Петербург. **Вот какую манную кашу я готовлю своему малышу.**

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 небольшая морковь; 1/4 стакана молока; 1 ст. л. манной крупы; кусочек слив. масла



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь хорошо помыть, очистить и натереть на крупной терке. Положить в кастрюльку, залить водой так, чтобы она только покрыла морковь. Варить 10 мин. Размять ложкой.

2. Влить молоко, довести до кипения. Постепенно всыпать, помешивая, манную крупу. Когда каша загустеет, снять с огня и положить кусочек масла.

Детский супчик



Знакомство с вашим журналом произошло в июне месяце прошлого года. Из каждого номера я готовлю по 3–4 блюда. Некоторые полюбились и стали появляться на нашем столе чаще. Решила поучаствовать в конкурсе "Детская кухня". Нас в семье трое: я, муж и дочка Эвелина. Для нее стараюсь готовить поразнообразнее. Несмотря на то что не все продукты дочке можно, еще есть продукты, которые ребенок не любит. Это куриный желток и рыба. Хочу поделиться оригинальным рецептом "Суп-пюре из кабачков». Прост в приготовлении, необыкновенно полезен, а главное — одним из ингредиентов является желток. Для меня этот рецепт просто спасение! Понадобится: 50 г кабачков; 50 г цветной капусты; половина желтка; 3 г сливочного масла. Цветную капусту и кабачок очистить, нарезать мелкими кусочками, залить кипятком, варить под плотно закрытой крышкой до готовности.

Отвар слить в отдельную посуду, горячие овощи протереть через сито (я делаю в блендере), соединить с отваром, немного посолить и довести до кипения. Готовый суп заправить сливочным маслом, растертым с желтком сваренного вкрутую куриного яйца.

Мария Саблина, г. Тамбов



Ольга Пахомова, Тамбовская обл. **Мой сын Саша очень любит кушать омлет, особенно с морковью.**

Омлет с морковью для детей

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 яйцо; 1 средняя морковь; 1 ч. л. сливочного масла; 50 мл молока; соль по вкусу; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь хорошо помыть, отварить до готовности, очистить, затем натереть на мелкой терке.

2. На сковороде растопить сливочное масло, слегка обжарить морковь.

3. Яйцо соединить с молоком и взбить, посолить по вкусу и залить морковь молочной смесью. Жарить на растительном масле до готовности.

Творожная запеканка

Ирина Бахурова, г. Рязань. **Дочка Любаша не любит творог, а он очень полезен. Я все-таки нашла выход — делаю творожную запеканку, и она уплетает за обе щеки.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 3 яйца
- 0,5 стакана сахара
- 4 ст. л. манной крупы
- 0,5 стакана сметаны
- 350 г творога
- 100 г растопленного сливочного масла
- щепотка соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Манную крупу соединить со сметаной и хорошо перемешать, оставить на 30–35 мин.

2. Добавить яйца, сахар, соль, творог и вновь хорошо перемешать.

3. Растопленным маслом смазать форму, а оставшееся добавить в творожную массу и перемешать.

4. Запекать в предварительно нагретой до температуры 200°С духовке до золотистого цвета.

Ирина советует

- **Яйца лучше взбить миксером, а вместо сметаны можно взять молоко.**



Инга Завьялова, г. Хабаровск. **У моего сына плохой аппетит, и я стараюсь украшать все кушанья.**

Запеканка "Клумбочка" с брокколи

ПОНАДОБИТСЯ
- 2–3 картофелины; соль
- 200–300 г говядины
- 100 г цветной капусты
- 100 г брокколи
- 1 маленькая луковица
- 1 ч. л. оливкового масла
- 1 ст. л. тертого сыра
- 1 ст. л. рубленой зелени
- 2 ст. л. сметаны

Для украшения:
- красный перец
- зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, сварить в подсол. воде. Отвар слить, картофель протереть через сито. Затем добавить к картофелю 0,5 стакана отвара, все перемешать.

2. Говядину отварить до готовности, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенной луковицей. Добавить 2 ст. л. сметаны, перемешать. Цветную капусту и брокколи отварить.

3. В смазанную оливковым маслом форму выложить слой картоф. пюре, на него — фарш, посыпать зеленью. На фарш выложить по кругу соцветия брокколи и цветной капусты, чередуя по цвету.

4. Из остатков пюре с помощью кондитерского мешочка выложить в центре розочки. Посыпать тертым сыром. Запекать 15 мин в духовке при 180°С. Украсить кольцами красного перца и зеленью.

Ирина Жукова советует

- **Вместо мясного фарша для этого блюда можно использовать фарш из вареного филе индейки или курицы.**
- **При варке картофеля добавьте в воду одну очищенную морковь, затем протрите все вместе через сито или измельчите в блендере. Пюре приобретет красивый цвет.**
- **Время приготовления сократится, если мясо для фарша сварить заранее.**
- **По этому рецепту можно приготовить запеканку из моркови и кабачка.**

Фото: В. Билунова (2)



Татьяна Лазарева, Московская обл. **Люблю готовить для своих племянников вкусные и красивые блюда.**

Закуска "Цыплята на лужайке"

ПОНАДОБИТСЯ
- 3–4 яйца
- 80 г сливочного масла
- 100 г твердого сыра
- зелень петрушки и укропа
- 1 красный сладкий перец
- 1 ст. л. консервированного зеленого горошка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сварить яйца вкрутую, залить холодной водой, остудить, очистить. Сыр натереть на мелкой терке, оставив небольшой кусочек для изготовления клювиков.

2. Очищенные яйца разрезать вдоль на половинки. Вынуть желтки, размять вилкой. Соединить их в миске с тертым сыром и размягченным сливочным маслом, хорошо перемешать.

3. Сформовать из желтково-сырной массы небольшие шарики. Выложить по два шарика в каждую половинку белка. Это будут цыплята.

4. Перец помыть, разрезать на половинки, очистить от семян. Вырезать ножом из перца небольшие гребешки. Воткнуть гребешки в желтковые шарики. Клювики сделать из кусочка сыра.

5. Зелень помыть, обсушить, нарезать. Выложить зелень на плоское блюдо. На нее, как на лужайку, положить половинки белков с цыплятами, украсить зеленым горошком.

Ирина Жукова советует

- **Если вашему ребенку не рекомендовано есть желтки, приготовьте белых цыплят из творога и тертого сыра, добавив немного измельченного чеснока.**
- **Гребешки цыплят можно сделать из сырой или вареной моркови.**
- **Для лужайки хорошо подойдут также листья зеленого салата или китайской капусты.**
- **Украсить блюдо также можно свежими огурцами, помидорами, дольками яблок.**



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 10–12



Фото: Д. Подшухова (6)

Отличная закуска

Много времени провожу на кухне, придумывая что-то новенькое. Мои главные дегустаторы — муж Роман и дочка Сонечка. На один из очередных праздников я придумала это блюдо. Приготовление заняло мало времени, а гости оценили по достоинству. Будет очень приятно, если оно попадет в рубрику "Мастер-класс".

Ольга Осокина, г. Уфа

КОНКУРС!



Хочешь, чтобы Ирина Жукова показала, как правильно приготовить твое любимое блюдо? Тогда пришли его рецепт вместе со своим фото и купоном со с. 66. Приз за публикацию — 500 руб.





Фаршированные кольца кальмаров

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 крупные тушки кальмаров; 1 яйцо; 1 луковица; 1–2 моркови; 150–200 г разноцветного болгарского перца (можно замороженного); 100–150 г мидий; 70 г томатной пасты; 1 ч. л. карри; растительное масло; 100 г муки; соль; зелень; листья салата, оливки, креветки, мидии для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Тушки кальмаров очистить от пленки, нарезать кольцами толщиной примерно 1 см (**а**). Кольца посыпать карри, перемешать.

2. Для кляра взбить яйцо с солью, добавить муку, 0,5 стак. воды, снова взбить (**б**).

3. Обмакнуть кольца кальмаров в кляр, жарить на сковороде с раст. маслом до подрумянивания (**в**). Выложить кольца на бумажное полотенце, чтобы удалить излишки масла.

4. Морковь и лук очистить. Перец очистить от семян. Морковь натереть, лук и перец мелко нарезать. Зелень помыть, мелко порубить.

5. Обжарить овощи на раст. масле, добавить томатную пасту, мидии, рубленую зелень и немного воды, тушить 5 мин (**г**).

6. Выложить жареные кольца на блюдо с листьями салата. Каждое кольцо наполнить овощной смесью с мидиями (**д**). Украсить оливками, креветками, мидиями.

Ирина Жукова советует

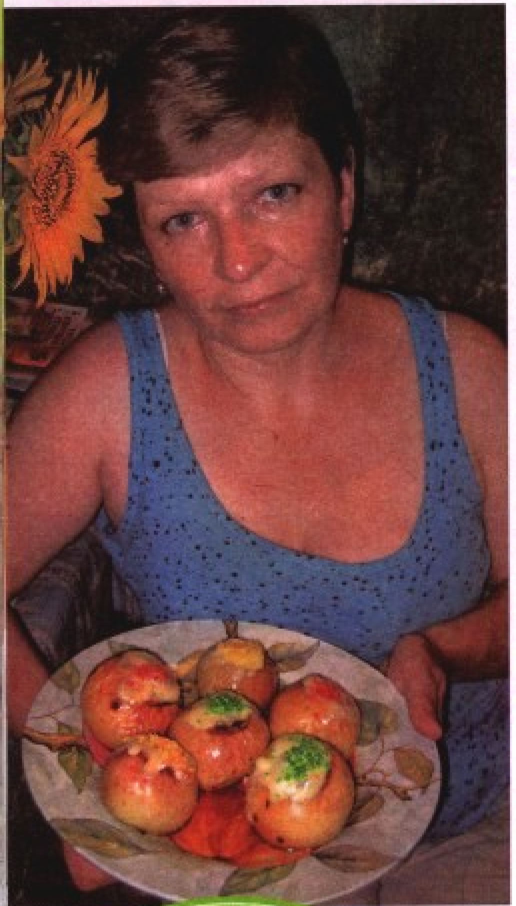
● **Кольца кальмаров можно заранее замариновать в смеси пива, пряностей, соли, перца и 1 взбитого яйца, поставить в холодильник на 2 ч.**

● **Жарить кольца в кляре нужно на раскаленной сковороде не более 3 мин.**









С новым вкусом!

Многие рецепты своих блюд я придумываю сама, иногда вношу что-то новое в известные рецепты. Стараюсь готовить полезные и в то же время вкусные блюда и чтобы по затратам было недорого.

Тамара Клепова, г. Ростов-на-Дону

Печеные яблоки "Сюрприз"

ПОНАДОБИТСЯ

● 6 крупных яблок; 1 морковь; 1 ч. л. меда; 0,5 ч. л. корицы; 0,5 стакана густой сметаны; 1 ст. л. сахара

● **Для украшения:** разноцветная кокосовая стружка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яблоки хорошо помыть, обтереть салфеткой. Со стороны плодоножки вырезать сердцевину с семенами и немного мякоти. В нескольких местах проколоть яблоки зубочисткой.

2. Сделать начинку. Морковь хорошо помыть, очистить, затем натереть на мелкой терке. Мед и корицу добавить к тертой моркови и хорошо перемешать.

3. В каждое яблоко положить морковно-медовую начинку.

4. Сметану соединить с сахаром и тщательно перемешать. Сметану с сахаром положить на каждое яблоко поверх начинки.

5. В глубокую сковороду налить немного воды. Положить яблоки.

6. Запекать в предварительно нагретой до температуры 180°C духовке в течение 30–35 мин.

7. Яблоки охладить, посыпать цветной кокосовой стружкой и подать к столу.

КОНКУРС!



Знаешь рецепты вкусных вторых блюд из недорогих продуктов? Тогда присылай нам рецепты и фото. Заполни купон со с. 66. За публикацию получишь от редакции приз 500 руб.



Анна Якубец, г. Ивацевичи. **Получается очень вкусно и очень красиво.**

Завиванец с лимоном

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 300 г муки; 0,5 стакана сметаны; 2 яйца; 2 ст. л. слив. масла; 50 г сахара; раст. масло для выпекания, сахар. пудра для обсыпки; 1 белок для смазывания

● **Для начинки:** 2 лимона; 200 г сахара; 2 вар. моркови

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Муку, сметану, 1 яйцо, слив. масло, сахар перемешать. Накрыть и убрать на 2 ч в холодильник.

2. Приготовить начинку. Морковь натереть на мелкой терке. Лимоны прокрутить через мясорубку, добавить сахар. Прогреть, охладить, перемешать с морковью.

3. Яйцо слегка взбить. Тесто тонко раскатать, смазать белком. На середину полоской выложить начинку, свернуть рулетом, смазать взбитым яйцом. Выпекать в нагретой до 220°C духовке 30 мин. Охладить, нарезать на порции, посыпать пудрой.

Сосиски остренькие с овощами

Виталий Фомин, г. Омск. **Ваш журнал читаю уже больше года, пишу в первый раз и хочу поделиться любимым рецептом горячего блюда, его я придумал сам.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 6–8 подкопченых сосисок; 0,5 банки консервир. кукурузы; 0,5 банки консервир. зеленого горошка; 1 банка консервир. острой фасоли; раст. масло для жарки

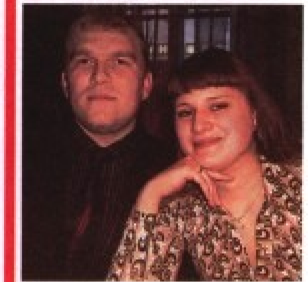
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сосиски нарезать кружочками и обжарить на сковороде с растительным маслом с двух сторон.

2. В сковороду с сосисками выложить кукурузу и горошек вместе с жидкостью, а фасоль с соусом. Все хорошо перемешать и тушить 5 мин. Это блюдо хорошо сочетается с отварным рисом или гречкой.

Салат "Пятиминутка"

Елена Стеклова, г. Ульяновск. **Спасибо за журнал, надеюсь, мой рецепт придется по вкусу вашим читателям.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 банка консервированной красной фасоли

● 1 небольшая баночка консервированных целых шампиньонов

● 200 г крабовых палочек

● 100 г майонеза

● 1 зубчик чеснока

● укроп

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фасоль промыть, грибы разрезать на четыре части, крабовые палочки нарезать кубиками. Укроп помыть, обсушить и порубить. Чеснок очистить и измельчить.

2. Фасоль, грибы, крабовые палочки, укроп, чеснок соединить и хорошо перемешать.

3. Салат заправить майонезом и вновь перемешать. Салат готов.

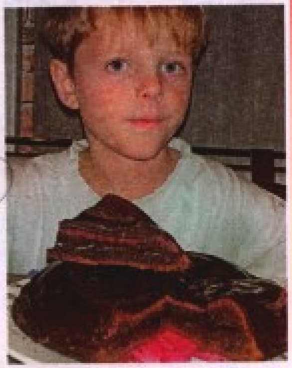
Елена советует

● **Вместо крабовых палочек можно использовать крабовое мясо.**

● **Этот салат можно заправить сметаной, вкус станет нежнее.**

Шоколадный торт

Ольга Ефимова, г. Одинцово. **На фото мой сын Артем.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 125 г сливочного масла; 225 г шоколада; 3 яйца; 125 г сахара; 80 г муки; 50 г вишни; 1 пакетик разрыхлителя; 50 г рубленого миндаля; раст. масло для выпекания
- **Для крема:** 250 г шоколада; 5 ст. л. сливок; 60 г слив. масла; 3 желтка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шоколад и масло растопить на бане. Желтки взбить с сахаром и соединить с шоколадной массой. Муку, разрыхлитель соединить и просеять. Добавить миндаль и вишни. Обе смеси перемешать. Белки взбить, ввести в тесто. Выпекать в духовке при 180°C 40 мин. Разрезать на два коржа.
2. **Сделать крем.** Шоколад и сливки растопить на бане, добавить желтки и масло, перемешать.
3. Коржи промазать кремом и соединить, убрать в холодильник для пропитки.



Людмила Хохлова, г. Славянск-на-Кубани. **Решила предложить читательницам журнала рецепт вкусного пирога.**

Пирог "Творожник"

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста:** 400 г маргарина; 1 стак. сахара; 1 ч. л. соды; 4 стак. муки; раст. масло
- **Для начинки:** 0,5 кг творога; 1 стак. сахара; 1 яйцо; 10 г ванил. сахара; 0,5 стак. изюма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. **Замесить первое тесто.** Растопить 200 г маргарина, всыпать сахар, перемешать, добавить 2 стакана муки, 0,5 ч. л. соды и замесить эластичное тесто.
2. **Замесить второе тесто.** Растопить 200 г маргарина, добавить 2 стакана муки, соду и перемешать. Оба теста положить в полиэтиленовый пакет и заморозить.
3. **Сделать начинку.** Все соединить и перемешать.
4. Противень смазать маслом и натереть на крупной терке сладкое тесто. Выложить начинку. Сверху натереть на крупной терке несладкое тесто. Запекать в нагретой до 180°C духовке 45 мин.

Рыбное филе с сыром

Светлана Богданова, г. Саратов. **Мне 27 лет, у меня дочь Даша и муж Денис. На фото я (в середине) с подругами.**

ПОНАДОБИТСЯ

- 500 г рыбного филе; 100 г твердого сыра; 2 белка; зелень; соль; молотый черный перец; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе посолить и поперчить. Сыр натереть на мелкой терке. Белки соединить с тертым сыром и взбить миксером в пену. Форму для запекания смазать маслом, выложить рыбу. Залить взбитыми белками с сыром.
2. Запекать в предварительно нагретой до 200°C духовке 10 мин. Посыпать рубленой зеленью и подать к столу.



Екатерина Землякова, г. Белгород

Салат "Зеленый"

ПОНАДОБИТСЯ

- 900 г морской капусты; 1 банка зеленого горошка; 3 яйца; 1 банка любых рыбных консервов в масле; майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Из рыбы вынуть крупные кости, размять ее вилкой. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и мелко нарезать. Морскую капусту откинуть на дуршлаг, дать стечь жидкости.
2. Рыбу, яйца, морскую капусту, горошек без жидкости соединить и перемешать.
3. Салат заправить майонезом и еще раз перемешать. Украсить по желанию.



Диетическая мойва

Надежда Ямщикова, г. Тюмень

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг мойвы
- 1 луковица
- 2 ст. л. растительного масла
- соль, перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мойву очистить от голов, посолить и оставить на 20 мин.
2. Лук очистить, мелко нарезать, потушить на растительном масле до размягчения.
3. Добавить мойву и залить кипятком на 1/2, тушить 10 мин. Выложить шумовкой на большую тарелку, украсить свежей зеленью и подать на стол.

МИНИМУМ ЗАТРАТ



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 4–6

Эльвира Пестель, г. Салават. **Это блюдо очень вкусно в горячем виде, улетает со стола просто на ура.**

Грибная запеканка с сыром и рисом

ПОНАДОБИТСЯ

● 1,5 стакана риса; 2 кубика грибного бульона; 1 луковица; 1 ст. л. муки; 4–5 яиц; 300–500 г шампиньонов или вешенок; 200 г сыра твердых сортов; 50 г сливочного масла; листья салата; рубленая зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить грибной соус. Половину шампиньонов мелко нарезать. Остальные нарезать пластинами, отложить для украшения. Лук очистить, нарезать полукольцами. Обжарить мелко нарез. грибы и лук с 2 ст. л. слив. масла. На другой сковороде без масла обжарить муку до подрумянивания, добавить к грибам вместе с 1 бульонным кубиком, разведенным в теплой воде. Все хорошо перемешать, тушить 5 мин.

2. Сварить яйца вкрутую, очистить, разрезать на половинки. Второй кубик развести в воде, залить бульоном промытый рис, варить до готовности. Когда бульон впитается, положить на рис кусочки сливочного масла, накрыть крышкой на 5 мин.

3. Форму для запекания смазать сливочным маслом. Выложить рис, разровнять. Ложкой сделать в рисе углубления, заполнить половинками вареных яиц. Между яйцами выложить шампиньоны, нарезанные пластинами. Залить все грибным соусом, посыпать тертым сыром.

4. Запекать 15 мин в нагретой до 180°C духовке до расплавления сыра. Выложить запеканку на блюдо с листьями салата. Можно посыпать рубленой зеленью.

Фото: В. Билунова.

Ирина Жукова советует

● **Блюдо будет сытнее, если между слоями риса выложить слой обжаренных на сливочном масле грибов.**

● **Для запеканки и соуса можно использовать сушеные или замороженные лесные грибы.**

МИНИМУМ ЗАТРАТ



Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 8–10

Евгения Кириллова, г. Уссурийск. **На день рождения сына мы приготовили эту закуску, гости были в восторге.**

Закусочный торт "Баба Яга" из блинов

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для блинов:** 0,5 кг муки; 2 стакана молока; 3 яйца; 1 ст. л. сахара; 0,5 ч. л. соли; 0,5 ч. л. соды; молотый черный перец, молотый имбирь по вкусу; растительное масло

● **Для начинки:** 3–4 яйца; 200 г колбасного сыра; 1 банка шпрот; 200 г майонеза; 1 луковица; 1 головка чеснока; 100 г слив. масла; 2–3 ст. л. стол. горчицы; зелень; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Взбить яйца с солью и сахаром, добавить теплое молоко и 0,5 стак. воды, муку, соду, все перемешать. Добавить перец и имбирь, еще раз хорошо перемешать.

2. Выпекать блины сразу же на нескольких сковородках.

3. Приготовить начинку №1. Яйца сварить вкрутую, очистить, 1 яйцо оставить для украшения, остальные натереть на крупной терке. Добавить 100 г майонеза, соль, перец, перемешать.

4. Приготовить начинку №2. Сыр натереть на терке. Шпроты размять вилкой, оставив 5 шт. для украшения, соединить с сыром, 100 г майонеза, перемешать. Лук и чеснок очистить, измельчить, перемешать отдельно.

5. Один блин смазать слив. маслом, затем — тонким слоем горчицы, посыпать луком с чесноком, выложить слой начинки №1. Накрыть вторым блином, смазать маслом и горчицей, выложить начинку №2, накрыть третьим блином. Посыпать луком и чесноком и т. д. Верхний блин смазать сливочным маслом, украсить шпротами, кружками яиц, каплями майонеза и зеленью.

Ирина Жукова советует

● **Если тесто получится очень густое, добавьте горячей воды и перемешайте до однородного состояния.**

● **Для начинки можно взять любой сыр, соленую сельдь или горбушу.**

Фото: В. Білунова

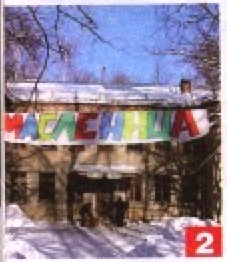
Недалеко от Москвы



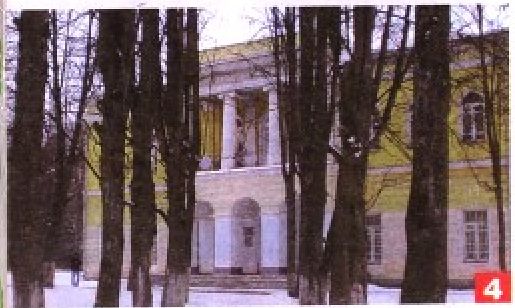
"Милый край — город солнечных сосен, белоствольных березовых рощ..." — это слова гимна нашего города. Если захочется отдохнуть от столичной суеты, приезжайте в Красногорск! В прошлом году он отпраздновал свое 68-летие.



Оксана Кирионенко,
Московская обл.







Наш город расположен прямо за кольцевой дорогой, на северо-западе от столицы, в пойме Москвы-реки. По расстоянию — всего в 23 км от Кремля! Интересна его история. В начале 30-х годов XX века страна нуждалась в оптических приборах. Тогда и был утвержден генплан строительства крупнейшего в СССР оптического завода и города Оптикогорска в местечке Баньки. Но, видимо, это название кому-то не понравилось, и в 1932 г. был создан рабочий поселок Красногорск. А в октябре 1940 г. поселок получил статус города. Великая Отечественная война затормозила развитие города и завода. Лишь после войны возродилась жизнь и город стал расти и хорошеть. Важная веха в истории Красногорска — использование сделанных на нашем заводе фото- и кинокамер при полетах в космос.

В центре города сохранился парк с усадьбой Знаменское-Губайлово XVIII века и церковью XVII века. Вблизи расположены зоны отдыха: летний театр, спортивный комплекс, детский городок, стадион "Зоркий" и самый крупный в Московской области Дворец культуры "Подмосковье". У нас отличный лыжный стадион, а также крытый Горнолыжный комплекс,

1. Знаменская церковь 2–3. Масленичные забавы 4. Усадьба Знаменское-Губайлово



Школьный конкурс: чьи блины лучше?

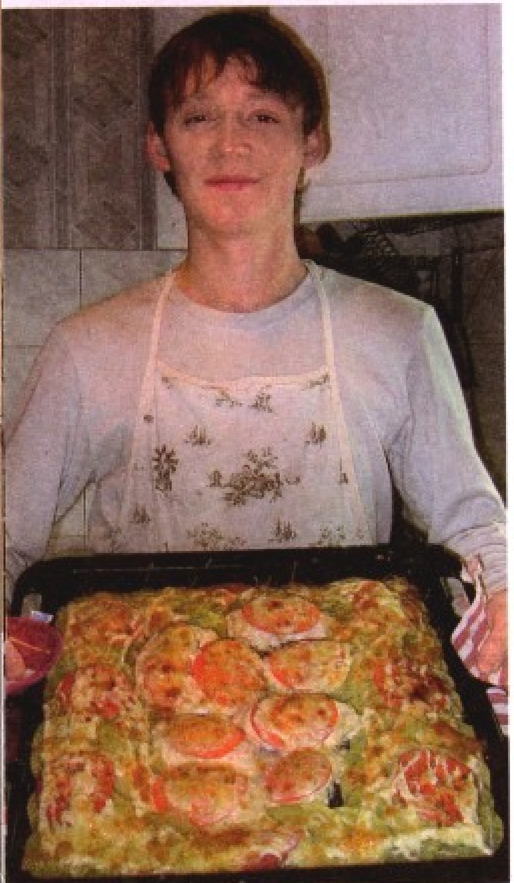
который работает круглый год. Для детей построена новая музыкальная школа. Среди памятников архитектуры славятся Успенская церковь в микрорайоне Чернево и Никольская церковь в Павшино. В окрестностях Красногорска расположен всемирно известный дворцово-парковый ансамбль усадьбы Архангельское с собранием произведений искусства XVIII–XIX вв.

Веселая объедуха

Жители нашего города умеют праздновать и принимать гостей. Особенно любят у нас Масленицу. Честная, широкая, веселая, объедуха, сырная неделя — так называют ее в народе. Семь дней Масленица звенит бубенцами, шумит играми и затеями. Но самое главное — это блины! С маслом, со сметаной, с икрой, грибами, рыбой — на любой вкус. Народные гулянья с чаепитием, блинами, забавами проходят на городской площади, в школах и детских садах. В школе, где учится моя дочь Полина, ежегодно празднуют Масленицу на свежем воздухе. Дети с родителями пекут блины и оформляют их с выдумкой, а жюри выбирает победителя. Предлагаю вам наш семейный рецепт красных блинов. Для теста нужно: 800 мл топленого молока; 550 г пшеничной муки; 4 яйца; 20 г сырых дрожжей; 1 ч. л. соли; 2 ч. л. сахара; 30 мл раст. масла. В 3/4 нормы молока растворите дрожжи, муку и соль, перемешайте, дайте тесту подойти в тепле. В оставшемся молоке разведите желтки и сахар, соедините с тестом, перемешайте, снова дайте подойти. Затем введите взбитые в пену белки, еще раз перемешайте и сразу выпекайте блины на раскаленной сковороде, смазанной раст. маслом. Очень вкусно!

Пишите нам!

Расскажи о своем крае. Не забудь прислать фото и купон на с. 66. За публикацию рассказа получишь приз от редакции — 800 руб.



Ждем в гости!

Этим рецептом со мной поделилась моя свекровь. Она любит экспериментировать и придумывать что-то новенькое. Я часто готовлю это блюдо, когда жду гостей, так как оно очень вкусное и необычное! На фото муж Артем.

Ксения Арестова, г. Магнитогорск

"Царская рыбка"

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 филе горбуши; 1 луковица; 2 помидора; 5 картофелин; 150 г твердого сыра; соль, перец, специи для рыбы, майонез по вкусу; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе горбуши нарезать на порционные кусочки.
2. Лук очистить и нарезать кольцами. Майонез, половину нарезанного лука, соль, перец, специи для рыбы соединить в миске и хорошо перемешать.
3. В миску с майонезной смесью выложить кусочки рыбы, аккуратно перемешать, накрыть крышкой и убрать в холодильник на 15–20 мин.
4. Картофель очистить и нарезать кружочками, добавить оставшийся лук, соль, перец и хорошо перемешать. Помидоры также нарезать кружочками.
5. На противень, смазанный растительным маслом, в центр выложить кусочки филе, сверху на каждый кусочек положить ломтик помидора, сверху посыпать сыром. Вокруг рыбы выложить картофель, посолить, сверху также положить помидоры, сделать сеточку из майонеза и посыпать сыром.
6. Запекать в предварительно нагретой до 200°С в духовке 25–30 мин.



КОНКУРС!

Намечается торжество? Чем будешь угощать гостей? Рецепты и фото присылай в редакцию. Не забудь посмотреть и заполнить купон на с. 66. За публикацию получишь 500 руб.



Галина Славнова, Саратовская обл. **Мой однокурсник Моисей Штеренберг живет в Израиле и на днях прислал рецепт своего фирменного блюда.**

"Блюдо от однокурсника"

ПОНАДОБИТСЯ

● 3 тушки любой рыбы (щука, карась, сазан, карп); 1 картофелина; 0,5 лимона; соль, перец, зелень по вкусу; растительное масло для жарки; мука для обваливания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу очистить, хорошо промыть, разрезать вдоль хребта на две части, освободить от костей. Картофель очистить, разрезать вдоль на четыре части, а потом нарезать тонкими дольками. Лимон нарезать так же, как и картофель.
2. На раскаленную сковороду налить растительное масло, выложить обвалянное в муке филе рыбы, картофель и лимон. Посолить, поперчить. Обжарить с двух сторон до готовности.
3. Подавать на стол с петрушкой или любой другой зеленью.

Курица, жаренная в тесте

Наталья Рулева, г. Дубовка. **Удивить гостей? Просто! Люблю порадовать любого привереду-гостя.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 курица; 200 г муки; 1 ст. л. топленого масла; 1 стакан воды; 20 мл водки; 1 ч. л. сахара; соль по вкусу; вареный рис на гарнир; растительное масло для жарки



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Курицу отварить, отделить мясо от костей и нарезать на порции.
2. **Замесить тесто.** Муку, масло, воду, водку, сахар, соль соединить и хорошо перемешать.
3. Растительное масло раскалить на сковороде. Каждый кусочек курицы наколоть на вилку, обмакнуть в тесто и сразу опустить в кипящее масло. Вынуть, как только зарумянится. Подавать с рисом.

Салат "Черный жемчуг"

Анна Ильинская, г. Череповец. **Я хочу предложить рецепт очень вкусного и нежного салатика. На фотографии я и мой сыночек Матвей.**



ПОНАДОБИТСЯ

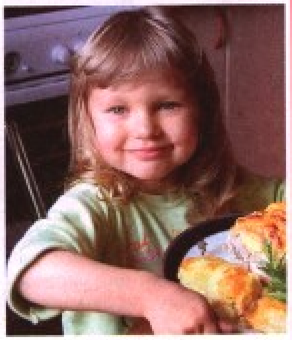
● 2 вареных яйца; 200 г очищен. креветок; 200 г твердого сыра; 1 стак. чернослива; 100 г слив. масла; 0,5 стак. грецких орехов; чернослив, грецкие орехи для украшения; майонез по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Грецкие орехи порубить. Чернослив распарить, сделать сбоку надрезы и начинить орешками. Яйца очистить и натереть на средней терке. Сыр также натереть на средней терке. Масло охладить, затем натереть на мелкой терке.
2. Салат выкладывать слоями: половина тертых яиц – половина креветок (промазать майонезом) – половина сыра – 50 г тертого масла – чернослив – оставшиеся креветки (промазать майонезом) – оставшийся сыр – 50 г тертого масла (промазать майонезом) – оставшиеся тертые яйца.
3. Готовый салат украсить черносливом и грецкими орехами.

Куриные грудки в сметанном соусе

Елена Дерягина, г. Ивантеевка. **Вы не сможете устоять, чтобы не попробовать кусочек этой курочки! На фото моя любимая дочка Катя. На гарнир я положила на противень картошку, разрезанную вдоль, и полила тем же соусом.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 2 куриные грудки
- 1 стакан сметаны
- 4 зубчика чеснока
- 150 г твердого сыра
- соль, перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить соус. Чеснок очистить и измельчить. Сметану посолить, поперчить, добавить чеснок и хорошо перемешать.

2. Куриные грудки выложить в форму для запекания, промазать сметанно-чесночным соусом.

3. Сыр натереть на мелкой терке и посыпать им грудки. Поставить в предварительно нагретую до температуры 180°С духовку. Запекать в течение 1 ч.



Анастасия Валяровская, г. Москва. **Предлагаю свой вариант известного и популярного блюда.**

Салат "Цезарь"

ПОНАДОБИТСЯ

● 300 г куриного филе; 1 зубчик чеснока; 6 ст. л. оливкового масла; 3 кусочка белого хлеба; листья кочан. салата; 1 ст. л. сока лимона; 100 г сыра пармезан; 1 ч. л. горчицы; соль; кунжут

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе нарезать кусочками и обжарить на 2 ст. л. оливк. масла. У хлеба срезать корку, мякоть нарезать кубиками. Чеснок крупно нарезать, положить в 2 ст. л. оливкового масла и оставить на 15 мин. Чеснок убрать из масла. Хлеб сбрызнуть маслом с запахом чеснока и обжарить в духовке при 200°С до подрумянивания. Салат порвать руками, сыр натереть на средней терке.

2. Приготовить заправку. Оставшееся масло, сок лимона, горчицу перемешать.

3. Курицу, хлеб, листья салата, сыр, семена кунжута соединить, посолить и перемешать. Полить заправкой и еще раз хорошо перемешать. Салат готов!

Сельдь в горчичной заливке

Марина Брунчукова, г. Ханты-Мансийск. **Очень вкусно, моим гостям понравилось!**

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 крупные слабосол. сельди; 1 красная салатная луковица; лимон и зелень

● **Для соуса:** 0,5 стак. сметаны; 2 ст. л. подсолн. масла; 0,5 вареного желтка; 1 ч. л. сахара; 1 ч. л. готовой горчицы; 2 ч. л. яблочного уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сельдь разделать на филе без кожи и костей, нарезать на кусочки, уложить в селедочницу. Лук очистить, нарезать кольцами и выложить их на сельдь.

2. Сделать соус. Соединить все ингредиенты и хорошо перемешать.



3. Сельдь залить соусом, поставить на ночь в холодильник. Украсить кружочками лимона и зеленью и подать к столу.

Салат "Ночь"



Моя соседка сказала, что ее напечатали в вашем журнале, и я тоже решила поделиться своим любимым блюдом. Готовить я начала в 13 лет. Моим первым блюдом были приготовленные для мамы макароны по-флотски. С тех пор я готовлю для своей семьи: мужа, сына и маленькой дочурки. Каждый день стараюсь сделать что-нибудь новенькое и вкусное. Предлагаю рецепт вкусного салата. Для него понадобится: 150 г вареной или жареной печенки; 2 вареных яйца; 1 отварная картофелина; 1 соленый огурец; 1 луковица; 4 ст. л. майонеза; соль и перец по вкусу. Все продукты нужно нарезать одинаковыми кубиками, соединить, перемешать, затем посолить, поперчить, заправить майонезом по вкусу и снова перемешать.

Ирина Валегужина, г. Новотроицк



Мария Ясинская, г. С.-Петербург. **На кухне без смекалки и воображения никуда! Вот и родился очередной рецепт.**

Кальмары, фаршированные грибным ризотто

ПОНАДОБИТСЯ

● **На 2 порции:** 4 тушки кальмаров; 1 стак. круглозерного риса; 1 небольшая белая луковица; 2 зубчика чеснока; 5 шампиньонов; 0,5 стак. сухого белого вина; соль, перец по вкусу; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кальмары положить в кипящую воду и варить 2 мин. Стакан бульона отлить, кальмары откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой, очистить. Лук, чеснок, грибы очистить, нарезать и обжарить на масле.

2. Бульон довести до кипения, засыпать рис, варить 1 мин на сильном огне, огонь убавить и варить 20 мин до разваривания. За 10 мин до окончания варки положить лук, чеснок, грибы, посолить, поперчить, влить вино.

3. Нафаршировать кальмары и обжарить по 2 мин с каждой стороны. Украсить по желанию.

Рулет "Ушки Хрюшки"

Светлана Полунчукова, Краснодарский край. **У меня замечательный любимый муж и дочка Виктория. Наша семья любит принимать гостей.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 свиных уха; 400 г филе свинины; 1 морковь; 10 шт. чернослива; 1 зубчик чеснока; горчица; соль; пряности

● **Для блина:** 1 ст. л. муки; 3 ст. л. молока; щепотка соли; раст. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Уши помыть, с одной стороны срезать утолщение и отварить в подсоленной воде до полуготовности.

2. Свинину отбить с двух сторон. Натереть солью, пряностями и измельченным чесноком. Муку, молоко, соль перемешать и испечь блин. Морковь натереть на средней терке, чернослив распарить.

3. Уши выложить на марлю, посолить и смазать горчицей. Сверху положить блин, на него — свинину. Равномерно выложить морковь и чернослив. Все свернуть рулетом, перевязать. Варить 1 ч. Остудить и положить под гнет. При подаче нарезать кусками.



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 6–8

Ирина Лапина, г. Калининград. **Предлагаю на ваш суд рецепт моего салатика, вкусного и низкокалорийного.**

Салат из креветок и крабовых палочек

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г заморож. креветок; 200 г краб. палочек; 2 свежих огурца; 2 яйца; пучок листьев салата; помидоры черри; зелень укропа; 1 лимон; 100 г майонеза; 100 г сметаны; 2 зубчика чеснока; соль; перец; кетчуп

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замороженные креветки опустить в кипящую воду, вновь довести воду до кипения. Сразу же вынуть креветки шумовкой. Остудить, очистить. Крабовые палочки мелко нарезать.

2. Огурцы очистить от кожицы, нарезать кубиками. Помидоры разрезать на половинки. Всю зелень помыть, оставить немного для украш., остальную мелко нарезать. Яйца сварить, очистить, разрезать на четвертинки. Чеснок очистить, порубить.

3. Часть креветок оставить для украшения, остальные соединить с крабовыми палочками, помидорами, зеленью, перемешать. Выстлать салатник листьями салата, на них горкой выложить салат.

4. Приготовить заправку. Соединить сметану, майонез, чеснок, соль, перец, немного кетчупа по вкусу. Перемешать или взбить миксером, чтобы соус стал розового цвета.

5. Залить салат приготовленной заправкой, не перемешивать. Украсить четвертинками вареных яиц, целыми креветками, ломтиками лимона и помидорами. Дать пропитаться 15 мин и подавать на стол.

Ирина Жукова советует

● Заправка для салата будет нежнее, если майонез смешать с натуральным йогуртом и 1 ст. л. сока лимона.

● Вместо крабовых палочек можно взять вареные кальмары, а помидоры можно заменить нашинкованной белокочанной капустой.

Фото: В. Билунова (6)



Время приготовления: 2 ч
Количество порций: 6–8

Ирина Кузина, г. Воронеж. **Люблю блюда из индейки, у нее очень нежное мясо.**

Фаршированные голени индейки

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 голени индейки; 2 яйца; 2 ломтика черствого белого хлеба; 2 луковицы; зелень сельдерея и петрушки; 100 г вареной ветчины; 100 г сала; соль; перец; 2 шт. редиса; листья салата; 2 маслины; 1 помидор

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Голени помыть, разрезать вдоль, удалить кости. Мякоть развернуть, посолить и поперчить.

2. Хлеб и ветчину нарезать кубиками. Лук очистить, мелко порубить. Зелень сельдерея и петрушки помыть, измельчить. Все соединить, добавить яйца, посолить, поперчить, перемешать.

3. Наполнить голени начинкой, края зашить нитками.

4. Сало мелко нарезать, растопить в течение 10 мин в духовке, нагретой до 200°С. На сало выложить голени. Запекать 1 ч в духовке при 180°С, поливая выделившимся соком.

5. Готовые голени выложить на блюдо, нарезать ломтиками, украсить листьями салата, редиской, помидорами, пчелкой из редиса.

6. Пчелка из редиса. Один редис нарезать кружочками (**а**), это будут крылышки. Второй разрезать пополам. На каждой половинке ножом удалить часть кожицы (**б**), чтобы получились красные и белые полоски. Сбоку сделать на редисе глубокие надрезы (**в**) для крылышек. Вставить крылышки в надрезы (**г**). Головку из маслины прикрепить зубочисткой.





Очень быстро

Я мама двоих детей, на данный момент домохозяйка. Недавно купила ваш журнал, он мне очень понравился, теперь не пропускаю ни одного номера, ведь так хочется побаловать любимых чем-нибудь необычным, что получается теперь достаточно часто. Высылаю рецепт, который порадует начинающих кулинаров минимальными затратами времени и продуктов.

Светлана Дорощенко, г. Москва

Овощное рагу

ПОНАДОБИТСЯ

- 2 средних кабачка; 1 морковь; 1 луковица; 1 помидор; 1 ч. л. кетчупа; растительное масло для жарки; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Луковицу очистить, мелко нарезать, затем обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Морковь хорошо помыть, очистить и натереть на крупной терке. Тертую морковь добавить к обжаренному луку, перемешать и вместе обжарить.

2. Помидор помыть, нарезать, положить в сковороду к луку и моркови, перемешать и закрыть крышкой (огонь выключить).

3. Кабачки помыть, очистить от кожуры и семян, мякоть нарезать кубиками, выложить в сковороду, влить немного воды, посолить по вкусу, положить кетчуп, перемешать и тушить под крышкой, помешивая, 20 мин.

Оксана советует

- **Если добавить кусочки обжаренной курицы или мяса, блюдо станет сытнее.**





Ольга Жукова, г. Москва. **Я работаю каждый день, прихожу домой поздно. Для родных хочется приготовить что-нибудь вкусненькое и быстро.**

Салат с креветками

ПОНАДОБИТСЯ

- 4 моркови; 1 кг креветок; 1 луковица; майонез; маринованные огурчики для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь помыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук мелко нарезать и ошпарить. Креветки очистить. Половину очищенных креветок мелко нарезать.

2. Половину моркови выложить на тарелку. Следующий слой — нарезанные креветки. Сверху положить лук, промазать майонезом. Выложить оставшуюся морковь. На нее положить целые креветки. Украсить салат маринованными огурчиками.

Салат "Нереально нежный"

Оксана Ерпелова, г. Краснодар. **Этот салат любит вся наша семья, ну а друзья, которые пробуют его впервые, так и говорят: "Нереально нежный".**

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 банка консервир. ананасов; 250 г ветчины; 250 г твердого сыра; чеснок по вкусу; майонез для заправки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Ананас нарезать квадратиками, выложить в салатницу первым слоем.

2. Чеснок очистить, измельчить, соединить с майонезом, добавить немного ананасного сиропа и хорошо перемешать.

3. Кусочки ананасов покрыть слоем майонезной смеси. Ветчину нарезать кубиками, выложить следующим слоем и также промазать майонезной смесью. Сыр натереть на мелкой терке и посыпать салат.



Салат "Быстрый"

Наталья Беляева, г. С.-Петербург. **Я часто экспериментирую на кухне. В этот раз получилось просто и очень вкусно! Спешу поделиться рецептом со своим любимым журналом!**



ПОНАДОБИТСЯ

- 450 г фарша
- 1 банка консервированной кукурузы
- 0,5 стакана риса
- 250 г крабового мяса
- соль, майонез по вкусу
- растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой.

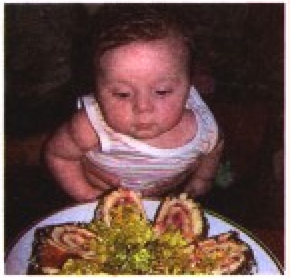
2. Рис и кукурузу без жидкости выложить в салатник хорошо перемешать.

3. Фарш посолить и обжарить на растительном масле до готовности. Крабовое мясо прокрутить через мясорубку.

4. Фарш и крабовое мясо добавить в салатник к рису и кукурузе. Заправить майонезом и хорошо перемешать. Салат готов!

Рулет "Дамский каприз"

Юлия Петрова, г. Самара. **Моей дочуне Алиночке 5,5 месяца.**



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 1 банка сгущенки; 1 стак. муки; 3 яйца; 100 г слив. масла; 0,5 ч. л. соды; раст. масло

● **Для начинки:** 1 стак. клюквы; 1 стак. сахара

● **Для пасты:** 1 стак. сахара; 2 ст. л. муки; 3 ст. л. какао; 1/4 ч. л. соли; 150 мл молока; 2 ст. л. раст. масла; 1 ч. л. ванильного сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. В сгущенку добавить яйца, масло, муку, соду, взбить. Тесто вылить на смазан. маслом противень. Выпекать 20 мин в нагретой до 180°С духовке.

2. Сделать начинку. Клюкву соединить с сахаром и растереть дерев. ложкой.

3. Корж достать из духовки, сразу смазать клюкв. начинкой и свернуть горячим.

4. Приготовить пасту. Все сухие ингредиенты перемешать. Влить молоко и масло, перемешать. Варить смесь до загустения. В конце добавить ванильный сахар. Рулет залить шоколадной пастой, украсить по желанию.



Елена Соколова, г. Москва. **В этом рецепте яйца не добавляются. Оладушки получаются мягкими и очень нежными.**

Оладушки на кефире "Проще простого"

ПОНАДОБИТСЯ

● 800 мл жирного кефира; 3,5 стакана муки; 0,5 ч. л. соли; 3,5 ст. л. сахара; 1,5 ч. л. соды, гашенной кипятком; раст. масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кефир, сахар, соль, соду, муку соединить и перемешать. По консистенции тесто должно быть как магазинная сметана.

2. Растительное масло разогреть на сковороде. Ложкой выкладывать оладушки и жарить с двух сторон до золотистой корочки. Хорошо подавать с джемом. Приятного вам аппетита!

Курица, запеченная с картошкой по-деревенски

Татьяна Макарова, г. Конаково. **У меня двое детей. Грише 10 лет, Сонечке 2 года. Посылаю на ваш суд простой рецепт.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 курица; 1 кг картофеля; чеснок, майонез, соль, перец по вкусу; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Курицу разрезать вдоль не до конца, посолить, поперчить и натереть чесноком. Выложить на смаз. раст. маслом противень, смазать майонезом.



2. Картофель помыть. Обсушить (не чистить). Каждую картофелину разрезать на четыре части. Посолить, поперчить, посыпать чесноком и смазать майонезом.

3. Четвертинки картофеля выложить на противень вокруг курицы. Запекать в нагретой до 180°С духовке 1 ч.



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 4–6

Ольга Гордеева, г. Владикавказ. **Люблю блюда из филе индейки, оно нежирное и быстро готовится.**

Рагу из индейки и овощей с карри

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г филе индейки; 1 морковь; 2 яблока; 100 г мякоти тыквы; 50 г кураги; 1 лимон; 1 сладкий красный перец; 3 зубчика чеснока; 4 ст. л. белого сухого вина; 1 ч. л. карри; 1 ч. л. сушеного кориандра; соль; перец; растительное и оливковое масло; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить маринад. Из лимона выжать сок, цедру натереть на мелкой терке. Чеснок очистить, пропустить через пресс. Соединить в миске сок лимона, 50 мл оливкового масла, кориандр, перец, чеснок, соль и хорошо перемешать.

2. Филе индейки нарезать толстой соломкой, залить маринадом, перемешать, накрыть крышкой. Оставить на 15 мин мариноваться.

3. Морковь и яблоки очистить от кожуры, удалить семена. Яблоки и тыкву нарезать кубиками. Сладкий перец очистить, нарезать тонкой соломкой. Курагу помыть, залить горячей водой, затем разрезать на половинки.

4. В сотейнике разогреть растительное масло, выложить замаринованное филе индейки, жарить 5 мин, помешивая. Затем добавить сухое вино, яблоки, морковь, курагу. Перемешать, довести до кипения. Затем положить порошок карри, все хорошо перемешать, тушить еще в течение 15 мин.

5. Подавать в горячем виде с рисом или картофельным пюре, украсить зеленью.

Ирина Жукова советует

● По этому рецепту можно приготовить куриное филе и постную свинину.
● Вкус блюда станет пикантнее, если во время тушения добавить 2 свежих мелко нарезанных помидора, а также зелень петрушки и укропа.
● Чеснок в маринаде можно заменить луком.

Фото: В. Билунова.

ОБРАЗОВАНИЕ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ

Языковые курсы

	Стоимость обуч. в мес. (руб.)		Срок обучения
Английский для начинающих	380	x	20 мес.
Немецкий для начинающих	380	x	20 мес.
Французский для начинающих	380	x	20 мес.
Итальянский для начинающих	380	x	20 мес.
Испанский для начинающих	380	x	20 мес.
Польский для начинающих* **новый**	380	x	16 мес.
Японский для начинающих	380	x	20 мес.
Китайский для начинающих	380	x	20 мес.
Арабский для начинающих	380	x	20 мес.
Английский для среднего уровня	410	x	20 мес.
Немецкий для среднего уровня	410	x	20 мес.
Французский для среднего уровня	410	x	20 мес.
Итальянский для среднего уровня	410	x	16 мес.
Испанский для среднего уровня	410	x	20 мес.
Английский для высшего уровня	410	x	16 мес.
Немецкий для высшего уровня	410	x	16 мес.
Деловой английский	410	x	7 мес.
Деловой немецкий	410	x	7 мес.
Английский для детей	280	x	18 мес.
Английский для детей 2	280	x	18 мес.
Немецкий для детей	280	x	18 мес.

Бизнес-менеджмент

Менеджмент организации	465	x	12 мес.
Как начать собственное дело	425	x	12 мес.
Законодательная азбука	410	x	12 мес.
Коммерческий представитель	425	x	12 мес.
Туристический бизнес	425	x	16 мес.
Искусство эффективных продаж	425	x	15 мес.
Менеджер по логистике	425	x	15 мес.

Маркетинг, реклама, PR

Специалист по маркетингу	425	x	12 мес.
Журналистика	425	x	16 мес.
Менеджер по рекламе	425	x	12 мес.
Менеджер по связям с общественностью (PR)	480	x	12 мес.

Психология и педагогика

Практическая психология	470	x	30 мес.
Скоростное чтение и запоминание	380	x	16 мес.
Воспитание ребенка от 0 до 5 лет	425	x	13 мес.
Учимся учиться (мини-курс)	630	x	1 мес.

Музыка и танец

Учимся играть на гитаре	410	x	12 мес.
Играем на клавишных инструментах	410	x	12 мес.
Искусство современного танца	410	x	16 мес.

Офис-менеджмент

	Стоимость обуч. в мес. (руб.)		Срок обучения
Секретарь-референт	410	x	12 мес.
Универсальная машинопись	380	x	6 мес.
Офис-менеджер	465	x	12 мес.
Менеджер по кадрам и зарплате	465	x	12 мес.
Этикет, организация торжеств и деловых мероприятий	410	x	16 мес.
Международное делопроизводство	425	x	12 мес.

Финансы и учет

Основы бухгалтерского учета	440	x	12 мес.
Бухгалтерский учет на ПК	465	x	12 мес.
Финансовый учет по международным стандартам	465	x	12 мес.

Компьютерные курсы

Компьютерная азбука	410	x	12 мес.
Операционная система Windows	410	x	7 мес.
Редактор Word	410	x	7 мес.
Электронные таблицы Excel	410	x	7 мес.
Путеводитель по Internet	410	x	4 мес.
Введение в программирование	440	x	12 мес.
WEB-дизайн	440	x	16 мес.
Компьютерная графика*	440	x	16 мес.
Пользователь ПК по европейским стандартам (ECDL)	465	x	12 мес.

Искусство и дизайн

Дизайн интерьера	470	x	16 мес.
Садово-парковый дизайн	450	x	16 мес.
Конструирование и дизайн модной одежды	425	x	12 мес.
Цветочный дизайн	410	x	16 мес.
Курс кройки и шитья	410	x	12 мес.
Искусство фотографии* **новый**	380	x	15 мес.
Рисование	380	x	20 мес.
Искусство вязания	410	x	12 мес.
Искусство фэн-шуй	390	x	20 мес.

Красота и здоровье

Современная косметология	440	x	12 мес.
Визаж и секреты красоты	410	x	16 мес.
Парикмахерское искусство	410	x	16 мес.
Педикюр и маникюр	410	x	12 мес.
Секреты современной кухни	380	x	12 мес.
Нетрадиционная медицина	380	x	16 мес.
Йога	380	x	16 мес.
Фитнес и здоровье	425	x	16 мес.
Курс массажа	425	x	16 мес.

Покупка полного учебного курса невозможна для курсов, отмеченных звездочкой. Цена языковых и музыкальных курсов не включает стоимость аудиоматериалов, записанных на компакт-дисках (38 руб. в месяц). При поступлении в ЕШКО взимается единоразовый регистрационный взнос (198 руб.). Стоимость полного учебного курса со скидкой можно уточнить по телефону информационной службы ЕШКО. Оплата производится на основании счета Школы. В счет включается стоимость обработки корреспонденции и пересылки материалов по почте. Лицензия А № 303159 выдана Управлением образования и науки администрации Белгородской области. ОГРН 1023100003013. Подробная информация о розыгрышах призов – в информационной службе ЕШКО по телефону: (4722) 530-530 или на нашем интернет-сайте www.escc.ru*

СКИДКА 15% + ПОДАРКИ:



красочная суперобложка для учебников, футляр для CD, фирменный пакет, освобождение от уплаты регистрационного взноса

ПРИ ЗАКАЗЕ ПОЛНОГО УЧЕБНОГО КУРСА

Стать студентом очень просто:

ТОЛЬКО ПОЗВОНИТЕ

или пришлите заполненный купон!

БЕСПЛАТНЫЙ ЗВОНОК ПО РОССИИ

8-800-200-35-01

пн.– пт. 08:30 – 21:00, сб.– 08:30 – 19:30

15 ЕШКО ЛЕТ УСПЕХА



На правах рекламы

В ЕШКО Вы сможете:

- учиться, невзирая на возраст и образование;
- выбрать подходящий темп обучения, время и место;
- посвящать занятиям всего 20 минут в день;
- иметь практические результаты после первого урока;
- заказать БЕСПЛАТНЫЙ пробный урок курса;
- рассчитывать на помощь личного преподавателя;
- оплачивать посылки с учебными материалами ежемесячно после их получения;
- получать дополнительные материалы к курсам: тесты, компакт-диски;
- получать БЕСПЛАТНЫЙ журнал для студентов «Курьер ЕШКО»;
- участвовать в ежемесячном розыгрыше БЕСПЛАТНОГО обучения;
- участвовать в ежегодном розыгрыше СУПЕРПРИЗА среди всех студентов.



НОУТБУК СУПЕРПРИЗ 2009

www.escc.ru

ПРИЗОВОЙ КУПОН-ЗАЯВКА 5633

Название курса

☐ Я хочу сразу записаться на выбранный курс (помесячное обучение). Обязуюсь ежемесячно вносить плату за обучение согласно выставленным счетам.

☐ Я хочу заказать полный комплект учебных материалов выбранного курса с **15% скидкой** и получить **подарки**. Обязуюсь оплатить всю стоимость сразу при получении.

☐ Я хочу получить **бесплатно пробный урок** и подробную информацию о выбранном курсе и условиях обучения.

Фамилия, имя, отчество

Индекс — Город (поселок)

Область — Код города и телефон

Улица — № дома и квартиры

Дата рождения

Дата — Подпись

Я даю согласие на хранение, обработку и использование моих персональных данных Европейской школой корреспондентского обучения.

Наш адрес: Россия, 308037, Белгород, а/я 80, ЕШКО

Украина: (057) 766-77-77 Беларусь: (017) 345-53-30 Казахстан: (727) 296-50-66



Горячо и сытно!

20 лет тому назад я вышла замуж за литовца, живущего в Москве. Но свои привычки литовской национальной кухни он принес в наш дом.

Марина Библиева, г. Москва

Грибной суп-пюре "Супине"

ПОНАДОБИТСЯ

Для хлебного горшочка:

● 0,5 кг ржаной муки; 320 мл воды; 25 г свежих дрожжей; щепотка соли

Для супа на 4 порции:

● 250 г шампиньонов; 60 г сливочного масла; 0,5 л куриного бульона; 60 мл сухого белого вина; 1 ч. л. горчицы; 125 мл сливок; 1 луковица; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Испечь горшочек. Дрожжи развести в воде. Муку просеять, добавить соль, воду с дрожжами, замесить тесто, скатать его в колобок, накрыть и оставить на 2 ч. Обмять, смочить водой. Тесто выложить в круглые формы, объемом 1 л (можно для кулича). Выпекать в нагретой до температуры 220°С духовке в течение 30 мин. Вынуть из духовки. Укутать, обязательно остудить.

2. Сварить суп. Сливочное масло растопить в кастрюле, положить нарезанный лук, обжарить, потом добавить грибы и готовить, помешивая, пока грибы не станут мягкими. Добавить бульон, вино, горчицу и сливки. Довести до кипения. Перелить суп в блендер и сделать пюре. Суп подогреть, но не доводить до кипения.

3. У хлебных горшочков срезать верхушку (крышка). Вынуть мякоть так, чтобы остались стенки толщиной 1–1,5 см.

4. В каждый горшочек налить суп и закрыть хлебной крышкой. Надо есть и закусывать хлебной крышкой.

КОНКУРС!



Кухня какого народа тебе нравится? Пришли нам свой любимый рецепт и фото. Заполни купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию ты получишь от нас приз — 500 руб.



Юлия Мещерякова, г. Ишим. **Я рекомендую попробовать приготовить такой салат.**

Салат "Греческий"

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 больших помидора; 2 больших свежих огурца; 1 банка оливок; 1 банка маслин; 500 г брынзы; зеленый лист. салат; 1 лимон; соль; молотый черный перец; оливковое масло для заправки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Огурцы помыть и нарезать средними кусочками. Помидоры помыть и нарезать дольками. Листовой салат помыть, несколько листьев оставить, остальные порвать руками. Лимон нарезать тонкими полудольками. Брынзу нарезать кубиками.

2. Огурцы, помидоры, брынзу, оливки, маслины, салат, лимон соединить, посолить, приправить перцем и перемешать. Салат заправить оливковым маслом и вновь перемешать. Салат выложить на блюдо, выстланное листьями салата, и подать к столу.

Овощное рагу по-мексикански

Вака Иса кызы-Бабаева, г. Самара



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 луковица; 1 морковь; 1 баклажан; 1 болгарский перец; 100 г шампиньонов; 200 г вермишели; 100 г сыра; оливковое масло

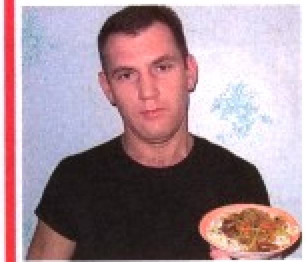
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук нарезать полукольцами и обжарить. Морковь нарезать соломкой, добавить к луку, обжарить. Баклажан без кожуры нарезать соломкой, посолить, залить водой на 30 мин. Воду отжать, баклажан положить к овощам. Перец нарезать соломкой, добавить в сковороду. Посолить, поперчить, обжарить. Шампиньоны отварить в подсоленной воде, нарезать и добавить к овощам.

2. Вермишель выложить в сковороду, влить воду, масло, посолить, обжарить. В конце положить овощную смесь. Сверху положить ломтики сыра. Как только сыр расплавится — блюдо готово.

Лагман по-чуйски

Наталья Расчесова, г. Можайск. **Мой муж родился и вырос в Средней Азии, в Чуйской долине. В этом году я побывала на его родине.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 150 г спагетти; 0,5 кг говядины; 1 зеленая редька; 1 морковь; 1 луковица; 1 болг. перец; 2 помидора; лавр. лист; молотый черный и красный перец; 1 зубчик чеснока; петрушка; укроп; базилик; соль; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Спагетти отварить. Мясо нарезать кубиками, выложить в сковороду, посыпать нарезан. базиликом и обжаривать 5 мин.

2. Морковь, лук нарезать соломкой, положить в сковороду к мясу, перемешать и чуть обжарить. Перец и помидоры нарезать кубиками, выложить в сковороду, посолить, перемешать и жарить 5 мин. Редьку нарезать соломкой, добавить в сковороду. Поперчить, перемешать и жарить под крышкой на медленном огне 2 мин.

3. Блюдо залить водой, кипятить 5 мин. В конце добавить рубленую зелень и лавровый лист. На тарелку горкой выложить спагетти, залить мясом с овощами.



Дарите цветы

За полчаса получается целый букет. Этот букет я подарила зятю Александру, который и сфотографировал.

Екатерина Поморгайло, г. Тольятти

Розы к чаю

ПОНАДОБИТСЯ
- 4 яйца
- 1 стакан муки
- 1 стакан сахара
- 1 пакетик ванильного сахара
- полпачки чайной соломки
- растительное масло для запекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца взбить с сахаром, добавить ванильный сахар, муку и снова хорошо взбить миксером. Тесто (по 1/3 ст. л.) выливать на разогретую сковороду (лепестки не должны соприкасаться). Запекать в духовке при 200°С 3 мин.

2. Сделать розу. Горячие лепешки прикрепить к соломке, придавая форму лепестка. Первый лепесток к началу соломки, второй чуть ниже. Третий еще ниже и т. д. На розу надо пять лепестков, на бутон — три. Каждый раз выпекать столько лепестков, сколько понадобится на один цветок.

Салат "Бычок"

Наталья Лебедева, г. Красногорск. **Хотя новогодние праздники уже позади, салат "Бычок", я думаю, будет актуален в течение всего этого года.**

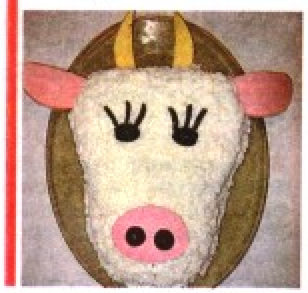
ПОНАДОБИТСЯ

- 300 г кур. филе; 5 вар. яиц; 150 г чернослива; 100 г грец. орехов; 100 г сыра; соль; майонез; вареная колбаса, сыр, маслины для украш.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе отварить, нарезать. Белки и желтки отдельно натереть на мелкой терке. Чернослив распарить и нарезать. Орехи порубить.

2. Салат выкладывать слоями, слои (кроме последнего) посолить и смазать майонезом. Филе выложить на блюдо в виде бычьей головы. Далее: желтки, чернослив и сыр. Посыпать орехами, а сверху белками. Из сыра вырезать рога, из колбасы сделать уши и нос, из маслин — глаза, ресницы и нос.



Пишите нам!

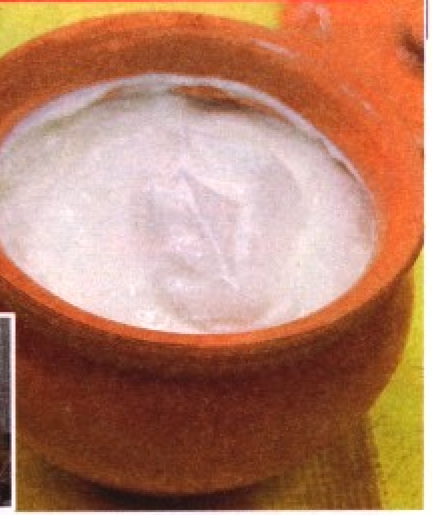
Умеешь украшать блюда? Тогда присылай письмо с фото и купон со с. 66. За публикацию приз от редакции — 500 руб.

Русские сливки

Сметана — русский продукт. За границей о ней узнали сравнительно недавно и называют "русские сливки". Раньше сметану получали самым примитивным способом: снимали верхний слой с кислого молока.



Наталья Чувина, г. Новозыбков



Сейчас сметану получают из сливок путем смешивания их с заквасками молочнокислых бактерий. Сметана — полезный продукт. В ней много витаминов и микроэлементов. Жир в ней мелко раздроблен, поэтому легче усваивается. Сметану с содержанием жира до 15 процентов лучше есть "живой". Ее используют в диетическом питании при заболеваниях пищеварительной системы.

Сметана с содержанием жира 20–25 процентов называется "столовой" и чаще всего используется для приготовления соусов.

А вот от жирной (30–40 процентов) сметаны лучше воздержаться людям, страдающим атеросклерозом, гипертонией, сердечно-сосудистыми заболеваниями, диабетом.

Яичница на сметане

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 яйца; 4 ст. л. сметаны; 50 г твердого сыра; 1 ст. л. сливочного масла; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сметану растопить на горячей сковороде, вбить яйца и посолить.

2. На каждое яйцо положить по небольшому кусочку сливочного масла.

3. Сыр натереть на мелкой терке, посыпать яичницу.

4. Сковороду поставить в предварительно нагретую до температуры 200°С духовку. Запекать до готовности.

Медовый тортик с кремом

Мария Копылова, г. Тула

ПОНАДОБИТСЯ

- 3 ст. л. меда; 2 стак. сахара; 1 ст. л. соды; 3 яйца; 3 стак. муки; 0,5 л сметаны

ПРИГОТОВЛЕНИЕ



1. Мед, 1 стак. сахара, помешивая 1 мин, растопить на бане, всыпать соду. Снять с огня, добавить яйца и муку. Тесто разделить на 8 частей. Тонко раскатать, вырезать по форме. Выпекать коржи с обрезками 5 мин в духовке при 200°С.

2. Сметану, 1 стакан сахара взбить. Коржи промазать сметанным кремом и соединить. Обрезки натереть и посыпать торт.

Пишите нам!

Любимый продукт майского номера — редис. Пришли в редакцию свой рассказ с рецептом и фотографиями. За публикацию рассказа на наших страницах получишь от редакции приз — 800 руб., рецепта — 500 руб. Не забудь посмотреть и заполнить купон на с. 66.

Фото: ЦФА "Бурда" (1).



Для всей семьи

Я очень люблю готовить и всегда покупаю ваш журнал. Посылаю рецепт пиццы, всей семье она очень нравится.

Надежда Петровна Пересадченко, г. Ногинск

Маленькие пиццы

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 стакан молока; 2,5 ст. л. сахара; 1 ч. л. соли; 200 г сливочного масла или маргарина для выпечки; 3 стакана муки; 300 г мясного фарша; 2 луковицы; 150 г твердого сыра; 100 г майонеза; 100 г сметаны; петрушка; 3 ст. л. томатной пасты; растительное масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Молоко, 2 ст. л. сахара, соль, масло или маргарин, муку соединить и хорошо перемешать.

2. Тесто разделить на кусочки, раскатать лепешки и выложить их на смазанный маслом противень.

3. Лук нарезать и обжарить, сыр натереть на средней терке. Томатную пасту перемешать с 0,5 ст. л. сахара.

4. Лепешки смазать томатной пастой, выложить подсоленный фарш, посыпать жареным луком и сыром.

5. Майонез перемешать со сметаной и полить лепешки. Посыпать рубленой петрушкой. Оставить на 30 мин.

6. Выпекать пиццы в предварительно нагретой до 180°С духовке 20 мин.

Надежда Петровна советует

● **Вместо фарша можно использовать кружочки вареной колбасы.**

● **В пиццу хорошо добавить грибы, подойдут ломтики шампиньонов. Предварительно обжаривать их не нужно.**

КОНКУРС!



Ты опытный кулинар? Передай опыт! Присылай нам свои любимые рецепты вместе с фото. Посмотри и обязательно заполни купон на с. 66. Приз за публикацию — 500 руб.



Людмила Михайловна Голованова, г. Кировск. **Очень вкусно и красиво!**

Пирог "Праздничный"

ПОНАДОБИТСЯ

● Готовое слоеное тесто; 250 г мясного фарша; 250 г мороженого шпината; 100 г брынзы; 50 г слив. масла; зелень по вкусу; раст. масло для выпекания; маслины

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шпинат разморозить и нарезать. Брынзу натереть на крупной терке, зелень измельчить.

2. Фарш посолить и немного обжарить, добавить шпинат, перемешать и жарить до выпаривания жидкости. Добавить брынзу, зелень, перемешать и жарить еще 2 мин.

3. Тесто раскатать, часть отделить и отложить. Остальное тесто раскатать по форме сковороды. Сковороду смочить водой, выложить на нее тесто, проткнуть вилкой в нескольких местах. На тесто положить начинку. Оставшееся тесто нарезать полосками. Выложить их на начинку. Украсить колечками маслин. Выпекать пирог в нагретой до 200°С духовке 30 мин.

Маринованная капуста

Зоя Георгиевна Малышева, г. Дрезна. **Внучка посоветовала мне принять участие в конкурсе.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг капусты; 1 морковь; 1 ч. л. куркумы; 3 зубчика чеснока

● **Для рассола:** 0,5 л воды; 1 ст. л. соли; 100 г сахара; 100 мл раст. масла; 100 мл столового уксуса



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Капусту нашинковать. Чеснок очистить и измельчить. Морковь также нашинковать. Все соединить посыпать куркумой и перемешать.

2. Приготовить рассол. Воду вскипятить, добавить соль, сахар, масло, уксус, перемешать и снова довести до кипения.

3. Капусту залить рассолом, поставить под гнет. На следующий день капуста готова.

Пирог с черносливом

Людмила Николаевна Климова, г. Новосибирск-106. **Всю жизнь собираю рецепты. Этот пирог готовится быстро, у меня его любят как взрослые, так и дети.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 3 яйца; 1,5 стакана сахара; 1,5 стакана сметаны; 3 стакана муки; 700 г чернослива без косточек; 1/4 ч. л. гашеной соды; растительное масло для выпекания

● **Для крема:** 2 стакана сметаны; 1 стакан сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца, сахар взбить, соду добавить в сметану и перемешать. Обе смеси соединить и перемешать. Добавить муку и вновь перемешать. Чернослив распарить. Тесто вылить на смазанный маслом противень. Равномерно разложить чернослив. Выпекать в нагретой до 200°С духовке 25 мин. Остудить.

2. Приготовить крем. Сметану соединить с сахаром и взбить миксером.

3. Пирог залить кремом и дать хорошо пропитаться. Пирог готов.

ЧУДО-НАСЕДКА

Предлагаем автоматический инкубатор для вывода цыплят, утят, гусят, индюшат, фазанов, голубей, попугаев, лебедей и др. птиц. Наша чудо-наседка не доставит Вам хлопот, поможет вывести цыплят, освободив кучу свободного времени!

ИЗГОТОВИТЕЛЬ - РОССИЯ
ГАРАНТИЯ 18 МЕСЯЦЕВ
СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ 10 ЛЕТ

Наша наседка: • Обеспечивает одинаковый тепловой режимдля всех яиц благодаря специальным верхним нагревателям. •Требует в 4-10 раз меньше времени для обслуживания, чем у аналогов. • Имеет естественную вентиляцию и регулируемое увлажнение воздуха. • Автоматически переворачивает яйца каждый час! •Имеет электронный терморегулятор, который с высокой точностью поддерживает необходимую температуру. • **Легка (3 кг), компактна (580x520x280 мм), вместительна (на 63 куриных яйца), экономична (90 Вт; 220 В)!**



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ЧУДО-НАСЕДКОЙ И ЖИВИТЕ БЕЗ ЗАБОТ!

Цена с оплатой при получении на почте - 3490 руб.

ВПЕРВЫЕ СУШИМ БЕЗ ПРОБЛЕМ!



Теперь мы можем исполнить ваше желание о легкой, не требующей усилий и внимания заготовке продуктов впрок. Процесс сушки, в отличие от обычного способа, идет не только **быстрее** (от 1,5 ч), **качественнее** (полностью сохраняются вкус и витамины в продукте), но и с дополнительным **стерилизующим эффектом**, при невысокой температуре (30-70°С) «без поджаривания» (благодаря чему заготовки могут храниться длительное время), и даже не требует утомительного переворачивания продуктов!

- **легкая (3,5 кг)**
- **компактная (325x300 мм)**
- **вместительная (3 кг)**

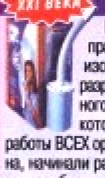
Товар соответствует ГОСТам!

СОХРАНИМ ЗАПАСЫ БЕЗ ПОТЕРЬ!

Цена - 2400 руб. с оплатой при получении на почте.

А ВЫ ХОТИТЕ ПРОЖИТЬ БОЛЬШЕ 120 ЛЕТ?

ТОВАР XXI ВЕКА



На основе огромной научной и практической работы российскому изобретателю В.Фролову удалось разработать новую модель дыхательного тренажера, при использовании которого наблюдалось улучшение работы ВСЕХ органов человека! Исчезала седина, начинали расти волосы, повышалась работоспособность, улучшался жизненный тонус, происходило омоложение организма.

• «Дыхательный тренажер Фролова»® рекомендован при ишемической болезни сердца, после инфаркта, инсульта, при гипертонии, атеросклерозе, астме, сахарном диабете, язвах ЖКТ, простатите, остеохондрозе, ослабленном иммунитете и т. д.

ЖИВИ И МОЛОДЕЙ!!!

• Эффект всего после 20 минут простых занятий в день в течение 2 месяцев;
• Рекомендован Минздравом РФ для применения в клинической практике как медицинский прибор. • Прост в применении, им могут пользоваться даже дети.

ИЗГОТОВИТЕЛЬ: РОССИЯ. ГАРАНТИЯ - 1 ГОД.
СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ - 3 ГОДА.
ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН!
ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Цена при получении на почте - 1290 руб.
При заказе от 2 шт. цена - 1215 руб. за шт.

БОЛЬШАЯ И КРАСИВАЯ ГРУДЬ - ЭТО РЕАЛЬНО!!! + МАССАЖЕР «БАБОЧКА»

Вы мечтаете увеличить и сделать красивой свою грудь? Предлагаем Вам прекрасную альтернативу пластической хирургии – **миостимулятор для груди!**
Быстро и совершенно безболезненно он:
• увеличит объем и придаст груди красивую форму; • приподнимет «обвисшую», потерявшую форму грудь; • увеличит лактацию в период кормления грудью;
• избавит Вас от ненавистных растяжек.
Достаточно применять прибор **два раза в день по 15 минут, и Вы увидите результат уже через 15-30 дней!**



ГАРАНТИЯ - 3 МЕСЯЦА.
СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ - 5 ЛЕТ.
ПРОИЗВОДСТВО: КНР

Цена - 1699 руб. При заказе от 2 шт. цена - 1599 руб. за 1 шт. с оплатой при получении на почте.

ПРИДАСТ ВАМ ОТЛИЧНУЮ СПОРТИВНУЮ ФОРМУ И ИЗБАВИТ ОТ ЛИШНИХ КИЛОГРАММОВ!

Это уникальный тренажер для стимуляции мышц. Достаточно закрепить «Бабочку» на нужный участок тела и... Легкими электронными импульсами массажер сокращает наши «ленивые» мышцы до 600 раз. В результате без особых усилий формируется красивая стройная фигура, мышцы укрепляются, формируется рельеф и (о! радость!), уменьшаются жировые отложения, «исчезает» целлюлит. А кожа? Она становится гладкой и эластичной уже спустя 15 дней с начала использования.

ХИТ ПРОДАЖ!



ГАРАНТИЯ - 3 МЕСЯЦА.
СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ - ДО 5 ЛЕТ.
ПРОИЗВОДСТВО: КНР

Теперь можете не сомневаться, разумный метод моделирования Вашей фигуры найден!

Цена - 999 руб. От 2 шт. - 699 руб. за шт. с оплатой при получении на почте.

SUPERпредложение:
ЗАКАЖИ МИОСТИМУЛЯТОР И БАБОЧКУ ПО СУПЕРЦЕНЕ 2298 РУБ., СЭКОНОМЬ 400 РУБ!

ЧУДО-СТИРАЛЬНАЯ МАШИНКА НА ЛАДОНИ

ЕЩЕ СОВЕРШЕННЕЕ, КАЧЕСТВЕННЕЕ, НАДЕЖНЕЕ!

Лидер продаж - суперминиатюрная ультразвуковая машинка, вес менее 500 г.
- Абсолютно бесшумна!
- Перестирает горы белья в емкостях любого объема.
- Не требует проточной воды!
- Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт!
- Обеспечивает высокое качество стирки любой степени загрязнённости!
- Отстирает любую габаритную одежду (одеяло, зимнюю одежду, ковер)!
- Очистит, продезинфицирует ткань, обновит ее цвет; без механической деформации белья!
- Отправляясь в поездку, на дачу или в деревню - возьмите машинку с собой! • Не оказывает неблагоприятных воздействий!



Товар сертифицирован!
Соответствует ГОСТам!
Срок службы не менее 10 лет.

Цена с оплатой при получении на почте -1540 руб. При заказе от 2 шт. цена - 1440 руб. за шт!

КАК ДЕЛАЮТ ДЕНЬГИ?

Производственное предприятие «Киров-Стройиндустрия» предлагает более 100 наименований оборудования для малого и среднего бизнеса, для производства:
• Стеновых и фундаментных блоков из местного сырья (шлак, керамзит, арболит).
• Газоблоков, пеноблоков, монолитного пенобетона;
• Брусчатки, заборов, памятников.
Всегда в наличии полная технологическая линия для строительства и благоустройства помещений. Большой ассортимент по производственным мощностям. Стоимость оборудования от 7 до 200 тыс. руб! Качество подтверждено семью патентами РФ! Также предлагаем оборудование: флокатор для нанесения бархата на любую поверхность, коптильни для продуктов, инкубаторы и много других уникальных предложений!



ДОСТАВИМ ОБОРУДОВАНИЕ В ЛЮБУЮ ТОЧКУ РОССИИ!!! ОРГАНИЗОВАТЬ ЭТИ ПРОИЗВОДСТВА ПО СИЛАМ КАЖДОМУ!

ПОХУДЕЙ ЗА 50 МИНУТ! + ИДЕАЛЬНАЯ ФИГУРА-ЭТО ВОЗМОЖНО!

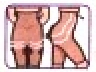
Вы хотите уменьшить талию, бедра и живот на 2 сантиметра всего за 50 минут? Предлагаем удивительный пояс «Сауна Белт», который :
- заставит Вас потеть и терять жир;
- сделает кожу гладкой и эластичной;
- выведет шлаки и токсины;
- снимет боль и прогреет поясницу.

С «Сауной Белт» приятно снижать вес!

ГАРАНТИЯ - 1 ГОД.
СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ - 3 ГОДА.
ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЕВЫХ ПОДДЕЛОК!



Цена -1840 руб. От 2 шт. цена - 1640 руб. за шт. с оплатой при получении на почте.



Вы бы хотели стать стройнее сразу на один, два или целых три размера? Теперь вы сделаете это безо всяких хлопот!!! Утягивающие **шорты Силуэт Слим-энд-Лифт придадут безупречную форму Вашему телу!!!** От линии бюста до колен они подтянут все ненужные складки, не причиняя при этом ни малейшего неудобства:
• **двойная ребристая вставка** идеально подтянет Ваши ягодицы, не сделав их плоскими!
• **специальные полоски поддержат** не только внешнюю часть бедра, но и внутреннюю!
• **треугольные вставки избавят от складок,** образующихся ниже бюстгальтера, **сделают живот плоским и крепким!**
• **только в этих шортах есть невидимый силуэт-пояс,** благодаря которому они сидят **удобно и надежно!** Заказав у нас, **Вы получите сразу 2 шорт:** бежевые (1 шт.) и черные (1 шт.) Просто измерьте окружность бедер и укажите Ваш размер:

S=71-86 см,
M=78-92 см,
L=83-101 см,
XL= 89-110 см,
XXL=103-124 см,
XXXL=120-140 см,
XXXXL=141-158 см.
XXXXXL=159-170 см.



ПРИДАЙ ТЕЛУ ИЗЯЩНЫЕ ФОРМЫ!

Цена с оплатой при получении на почте за 1комплект - 1330 руб.; При заказе от 2 комплектов - 1130 руб. за 1 комплект

SUPERпредложение:
ЗАКАЖИ ПОЯС И ШОРТЫ ПО СУПЕРЦЕНЕ 2770 РУБ., (ЭКОНОМИЯ 400 РУБ.)

ХОЧЕШЬ БРОСИТЬ КУРИТЬ? ПОКУПАЙ СИГАРЕТЫ!

ИЛИ КАК ОТВЫКНУТЬ ОТ КУРЕНИЯ ЗА 4 ДНЯ

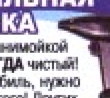
Каждый курильщик не раз пробовал бросить курить, но как трудно расстаться с любимой вредной привычкой! Ученый В.М.Захаров решил эту проблему наилучшим образом: продолжайте курить, но не обычные, а специальные сигареты. Они наиболее эффективно облегчают процесс отвыкания во время курения, делая это безболезненно. Получены удивительные результаты: люди с огромным курительным стажем бросают курить в считанные дни! Сигареты Захарова удостоены высших наград на крупнейших международных выставках! Полный курс отвыкания включает Практическое руководство, 4 пачки специальных сигарет и подробную инструкцию. Стоимость курса окупится всего за 2 месяца!



Изготовитель: Россия
МИНЗДРАВСОЦРАЗВИТИЯ РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ: КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Цена с оплатой при получении на почте - 1590 руб. за курс

АВТОМОБИЛЬНАЯ МИНИ-МОЙКА



С портативной автоминимойкой Ваш автомобиль **ВСЕГДА** чистый! Чтобы вымыть автомобиль, нужно всего лишь захотеть этого! Других препятствий нет. Не тратьте деньги! Забудьте о часах ожидания! С помощью мини-мойки Вы сможете вымыть автомобиль в любом месте, без электросети и водопровода – легко и быстро! Чтобы вымыть автомобиль средней загрязненности, достаточно одной бутылки (2,5 литра) воды и 5 минут. Просто сравните: помыть машину на автоматической мойке стоит 300-400 рублей с потерей минимум 30 минут на ожидание! Мини-мойка окупится за считанные дни! Потратьте сэкономленные **деньги и время** на то, что Вам действительно необходимо!

Мини-мойка: • Работает от **прикуривателя 12В.** • **Легкая** (вес: 0,7 кг) и компактная (22x21x8 см). • Позволяет мыть транспортные средства до 5-6 м высоты (давление 0,1-0,2 атм) • **Простая и безопасная** в эксплуатации. • Зимой легко очистит окна, двери, стекла от изморози и снега. • **Соответствует всем экологическим нормам.**
Мини-мойка – разумное и комфортное решение проблемы автомобильной чистоты!

Изготовитель: Россия. Гарантия 6 мес.
Срок эксплуатации 5 лет.
Товар сертифицирован!

Цена с оплатой при получении на почте - 1839 руб.

ЧУДО-ПЕЧЬ

УСОВЕРШЕНСТВОВАННАЯ МОДЕЛЬ! ОБЛАДАЕТ ПОВЫШЕННОЙ МОЩНОСТЬЮ (2,5 КВТ)!

Проста в эксплуатации, лёгкая, экономичная - без копоти и вредных для здоровья выбросов. Обогреет дом и дачу, приготовит пищу, защитит от неожиданных холодов склады, птичники, теплицы и любые др. помещения! Производится в России по японской технологии.
Совершенно безопасна в эксплуатации!
Печь обеспечивает комфортную температуру в помещении объемом 50 куб. метров при отрицательной температуре за пределами отапливаемого помещения!
Топливо: дизельное, керосин.
Расход - около 2 л в сутки!
Заправка через 16 часов!
Масса 6 кг, габариты 37x42x32 см.

ГАРАНТИЯ 3 ГОДА

Это по-настоящему «народная чудо-печь», которая поможет пережить перебои с тепло-, газо-и энергоснабжением! Обогреет, накормит, выручит в любой ситуации при отключении тепла и электроэнергии!
Уникальная переносная «чудо-печь» за 8 лет кропотливой разработки стала абсолютным лидером на мировом рынке!



ИСПОЛЬЗУЕТСЯ МЧС РОССИИ!

Цена с оплатой при получении на почте - 2450 руб. При заказе от 2 шт. цена - 2340 руб. за шт!

ПОКУПАЯ У НАС, ВЫ ЗАЩИЩЕНЫ ОТ ПОДДЕЛОК

www.mir-c.ru

Сделать заказ на товары и каталоги Вы можете по телефонам:
8-800-2000-820 (звонок по России БЕСПЛАТНЫЙ); 8(8332) 40-98-05.
Или написав по адресу: 610052, г.Киров, а/я 30, отдел 53.
Дополнительный почтовый сбор 6% от стоимости товара.

Проконсультироваться по оборудованию Вы можете по телефонам:
8(8332) 56-30-29, 57-31-24. Теперь и для жителей Украины: 8-067-67-666-77.
Работаем с 6.00 до 21.00. Звоните сейчас!

ДОСТАВКА ПО РОССИИ БЕСПЛАТНО!

www.ksin.ru

МАМА НАУЧИЛА

Легко и просто



Я захотел поучаствовать в конкурсе вашего журнала. Мне 14 лет, высылаю рецепт торта. Этот торт меня научила печь мама. Он очень легко и быстро готовится и к тому же всем в моей семье нравится.

Александр Григорук, г. Бердск

Торт "Кучерявый хлопчик" с кремом

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 2 яйца; 1 стакан сахара; 1 стакан жидкой сметаны; 0,5 ч. л. гашеной соды; 1,5 стакана муки; 1 ч. л. какао; растительное масло для выпекания

● **Для крема:** 1 стакан сметаны; 0,7 стакана сахара; плитка шоколада для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца взбить с сахаром, добавить сметану, соду, муку, все хорошо размешать. Тесто должно получиться как густая сметана.

2. Полученное тесто разделить на 2 части. В одну часть добавить одну ложку какао и хорошо перемешать.

3. Тесто выложить в 2 смазанные маслом формы для выпекания. Выпекать коржи в предварительно нагретой до температуры 180°С духовке в течение 15 мин.

4. Коржи остудить. Светлый корж поломать на маленькие кусочки.

5. Сделать крем. Сметану, сахар соединить и взбить.

6. Каждый кусочек светлого коржа обмакнуть в крем и горкой выложить на темный корж. Плитку шоколада растопить на водяной бане и тоненькой струйкой "нарисовать" завитушки.

КОНКУРС!



Успеваешь не только учиться, но и готовить? Поделись успехами! Пришли рецепты и фото. В купоне на с. 66 укажи данные родителей. За публикацию получишь от нас 500 руб.



Рузиля Насретдинова, г. Ижевск. **Вот рецепт необычного салата.**

Салат "Фарида" с орехами

ПОНАДОБИТСЯ

● 5 яиц; 3 большие картофелины; 200 г консервированных шампиньонов; 350 г копченой курицы; 1 банка консервированного зеленого горошка; 150 г фундука; майонез по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель и яйца сварить. Картофель очистить и натереть на крупной терке. Белки отделить от желтков. Белки натереть отдельно. Курицу нарезать соломкой, фундук разделить на половинки. Тертый картофель перемешать с майонезом и разделить на 2 части. Шампиньоны нарезать кусочками.

2. Салат выкладывать слоями, все, кроме картофеля и горошка, промазывать майонезом: белки — половина картофеля — шампиньоны — оставшийся картофель — курица — горошек — фундук.

Коктейль "Спартак"

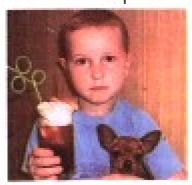
Ксения Маркова, г. Москва. **Моему брату Руслану 6 лет. Он мечтает стать поваром.**

ПОНАДОБИТСЯ

● Клубничный сок; сливочное мороженое; взбитые сливки; апельсин; лед (количество произвольное)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

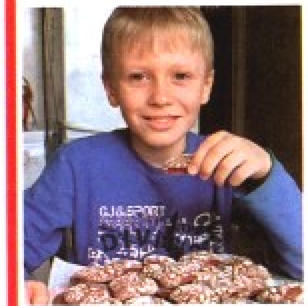
1. Апельсин помыть и нарезать тонкими кружочками. В высокий бокал положить кубики льда, залить клубничным соком на 2/3 высоты, добавить в каждый бокал по 1–2 шарика мороженого.



2. Сверху украсить коктейль взбитыми сливками. На край каждого бокала положить кружочек апельсина. Вкусный коктейль готов!

Печенье "Трюфели"

Максим Федоров, г. Ессентуки. **Я учусь в четвертом классе.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 200 г темного шоколада; 100 г слив. масла; 0,5 стак. сахара; 3 яйца; щепотка соли; 1,5 стак. муки; 1 ст. л. какао; 0,5 ч. л. разрыхлителя; 3/4 стак. сахарной пудры; раст. масло для выпек.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Масло и шоколад растопить, помешивая. Снять с огня, всыпать сахар, перемешать. Добавить яйца по одному, взбивая миксером. Просеять муку, какао, соль и разрыхлитель в шоколадную смесь и перемешать. Поставить в холодильник на 1ч.

2. Духовку нагреть до 180°С. Противень застелить пергаментом и смазать маслом. Насыпать сахарную пудру в миску. Чайной ложкой отщипнуть немного теста, скатать в шарик, положить в пудру и обвалять. Печенье должно быть покрыто плотным слоем пудры.

3. Выложить на противень на расстоянии друг от друга. Выпекать 15–20 мин. Печенье остудить на противне 2 мин, затем перенести на решетку для остывания.



Много не бывает!

Посылаю вам наш королевский рецепт торта, он нравится всем и очень вкусный. Для начинки можно использовать и свежие ягоды, пробуйте! Удачи!

Инна Толстихина, г. С.-Петербург

Торт "Соты" с кремом

ПОНАДОБИТСЯ:

Для теста:
● 2 яйца; 1 стакан сахара; 60 г сливочного масла; 2 ст. л. меда; 1 ч. л. гашеной соды; 5 стаканов муки; сливочное масло для выпекания

Для крема:
● 1 кг жирной сметаны; 1 стакан сахара (все соединить и взбить)

Для начинки:
● 0,5 кг чернослива; 300 г грецких орехов; 1 банка вареной сгущенки

Для глазури:
● 1 плитка горького шоколада; 20 г сливочного масла (растопить на водяной бане)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Яйца, сахар соединить и взбить, добавить мед, рубленое масло, соду, хорошо перемешать и поставить на водяную баню на 20 мин. Всыпать муку и замесить тесто. Раскатать в колбаску, разделить на 20 частей.

2. Чернослив распарить, орехи порубить. Части теста раскатать в длинные пластины овальной формы. Пластины промазать сгущенкой, выложить чернослив и орехи, скатать трубочкой.

3. Трубочки выложить на противень швом вниз. Выпекать в нагретой до 220°С духовке до подрумянивания.

4. Трубочки выложить на блюдо в форме пирамиды, промазывая кремом. Верх залить глазурью.

КОНКУРС!



Печешь сладкие булочки? Знаешь интересные рецепты? Тогда присылай их нам в редакцию вместе с фото и заполненным купоном со с. 66. За публикацию получишь приз — 500 руб.



Светлана Леонова, г. Подольск. **Посылаю вам рецепт простого и вкусного пирога, который быстро печется и также быстро съедается.**

Пирог "Сюрприз"

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 200 г маргарина; 250 г творога; 1 стакан сахара; 1 яйцо; 0,5 ч. л. гашеной соды; 3 стакана муки; растительное масло для выпекания
● **Для начинки:** любое варенье или джем; 1 хурма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Размягченный маргарин растереть с творогом и сахаром, добавить яйцо, соду, муку и перемешать.

2. Форму для выпекания смазать маслом. Хурму нарезать ломтиками, 3/4 части теста выложить в форму. Тесто промазать вареньем или джемом, выложить дольки хурмы. Из оставшегося теста вырезать сердечки и украсить пирог. Выпекать в нагретой до 200°С духовке 20 мин.

Эклеры "Лебеди"



Ольга Судакова, г. Ульяновск. **Предлагаю рецепт пирожного, которое готовит моя мама.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г слив. масла; 100 мл воды; 4 яйца; 1 стак. муки; 1 банка сгущенки; раст. масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Воду и 100 г слив. масла довести до кипения. Снять с плиты, помешивая, всыпать муку, остудить. В тесто по одному, тщательно взбивая, вбить яйца. Противень смазать маслом и выкладывать тесто (2/3) по 1 ст. л. в виде булочек. Выпекать в нагретой до 250°С духовке 40 мин.

2. Из остатков теста из кондит. мешка выдавить шеи лебедей и испечь. Эклеры разрезать пополам, верхнюю часть разрезать на 2 части — это будут крылья.

3. Приготовить крем. Сгущенку соединить с 400 г слив. масла и взбить. Второю половину эклера заполнить кремом. Вставить шейки и крылья. Убрать на холод.

Торт "Апельсиновый рай"

Валерия Гимельфарб, г. Орск. **Предлагаю рецепт очень вкусного и простого в приготовлении торта. На фото я с дочкой Аллой.**



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 3 яйца; 0,5 ч. л. гашеной соды; 1 банка сгущенки; 250 г маргарина; 2 стакана муки
● **Для начинки:** 1 стакан сахара; 2 апельсина
● **Для крема:** 200 г сметаны; 0,5 ч. л. тертой цедры апельсина; 150 г слив. масла; 0,5 стакана сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца растереть со сгущенкой, добавить маргарин, соду, муку, перемешать. Противень застелить бумагой, вылить тесто. Выпекать в духовке при 200°С 30 мин.

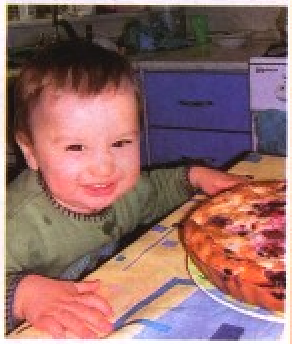
2. Апельсины нарезать кусочками, удалить семена и вместе с кожурой пропустить через мясорубку. Перемешать с сахаром.

3. Приготовить крем. Сметану, сахар, масло, цедру взбить миксером.

4. Собрать торт. Корж поломать на крупные кусочки и складывать горкой на блюдо. На каждый кусочек выкладывать начинку. Слои промазывать кремом.

Пирог "Вкусный"

Алена Копейкина, г. Смоленск. **На фото мой сынуля Евгений, 11 мес. Главный дегустатор моих творений.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 3 яйца; 1 стакан муки; 3 ст. л. сахара; 1 ч. л. разрыхлителя; 250 г маргарина; мороженые ягоды, яблоки по вкусу; растительное масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца взбить миксером. Добавить сахар, разрыхлитель, маргарин, растопленный на водяной бане. Все хорошо перемешать. Всыпать муку и вновь перемешать. Тесто должно быть как на оладьи.

2. Яблоки помыть, очистить от кожуры и семян, затем нарезать тонкими дольками.

3. В форму, смазанную маслом, вылить тесто, уложить неплотный слой яблок и ягоды.

4. Выпекать в предварительно нагретой до температуры 200°С духовке 35–40 мин.



Анна Бессонова, г. Старый Оскол. **Вкуснотища! Не сравнить с магазинным!**

Шербет "Шоколадный рай"

ПОНАДОБИТСЯ

● 0,5 кг шоколада; 0,5 кг печенья "Юбилейное" или "Топленое молоко"; 1/3 стакана поджаренного, но не соленого арахиса; 1/3 стакана грецких орехов; 1/3 стакана изюма без косточек; 150 г сливочного масла; 100 мл молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шоколад поломать и растопить на бане в эмалированной кастрюле. Печенье истолочь так, чтобы остались небольшие кусочки.

2. В шоколад, не снимая с огня, тонкой струйкой влить молоко, добавить масло. Мешать до растворения масла. Положить орехи, изюм и хорошо перемешать.

3. В шоколадную массу добавить растолченное печенье и перемешать. Выложить в обрезанный пакет из-под молока и убрать на 3 ч в холодильник.

"Шоколадные сердечки"

Алена Сокол, г. Томск



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 100 г слив. масла; 1/3 стак. сахара; 1 яйцо; 5 ст. л. меда; 3,5 стак. муки; 1 ст. л. разрыхлителя; 1 ч. л. молотого имбиря; слив. масло для выпекания

● **Для украш.:** плитка черн. шоколада; плитка бел. шоколада; 2 ст. л. слив. масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Масло, сахар, яйцо взбить. Добавить мед, просеян. муку, разрыхлитель, имбирь. Взбить, раскатать в пласт. Духовку нагреть до 180°С. Два противня смазать маслом. Вырезать сердечки, переложить на противни. Выпекать 10 мин.

2. Черный и белый шоколад вместе с 1 ст. л. слив. масла отдельно растопить на бане. Половину сердечек промазать белым шоколадом. Остальные — черным. Из шприца нарисовать штрихи.

Желе из фруктов



Ваш журнал покупаю уже 1,5 года. И ни одно издание меня не разочаровало. Всегда стараюсь попробовать приготовить все блюда из журнала. Хочу предложить читателям свой рецепт. Понадобится: 2 киви; 250 г консервированных персиков; 1 стакан сахара; 500 г сметаны; цедра одного апельсина; 25 г желатина; плитка темного шоколада. Желатин нужно распустить, апельсиновую цедру натереть на мелкой терке. Сметану, сахар и цедру соединить и взбить миксером. Фрукты нарезать небольшими кубиками, смешать со сметанным кремом и желатином. Разложить будущее желе по формочкам и поставить в холодильник для застывания на 3 часа. Когда желе застынет, опустить на секунду каждую формочку в горячую воду и выложить желе на тарелку. Натереть на крупной терке шоколад и украсить им желе. Приятного аппетита!

Юлия Евдокимова, г. Владивосток



Марина Асманкина, Калужская обл. **Люблю узнавать и воплощать в жизнь новые рецепты.**

Торт "Муравейник"

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 200 г маргарина; 150 мл молока; 1 яйцо; 1/4 ч. л. гаш. соды; 1/4 ч. л. соли; 3 стак. муки; раст. масло; шоколад для украшения

● **Для крема:** 1 банка вареной сгущенки; 250 г слив. масла; грецкие орехи по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Маргарин, молоко, яйцо, соду, соль, муку соединить и замесить крутое тесто, убрать в морозилку на 40 мин. Прокрутить через мясорубку, выложить на противень. Выпекать в нагретой до 180°С духовке до золотистого цвета. Отсудить и измельчить.

2. Сделать крем. Орехи порубить, добавить масло, сгущенку и перемешать.

3. Измельченное печенье перемешать с кремом и выложить на блюдо в форме горки, посыпать тертым шоколадом и убрать в холодильник.

Пирог "Французский шик"

Зоя Лирова, г. Москва. **По профессии я актриса, но кулинария — мое второе призвание.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 275 г муки; 150 г слив. масла; 100 г сахар. пудры; 1 яйцо; 1 кг яблок; цедра и сок 1 лимона; 50 г грецких орехов; 1 ч. л. корицы; 15 г ванил. сахара; молотая гвоздика на кончике ножа; 1 ч. л. корицы; 1/3 стак. абрикос. варенья или джема; 60 мл коньяка; раст. масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Муку просеять, добавить пудру, слив. масло, яйцо, перемешать. Тесто охлаждать 2 ч. Яблоки очистить от кожуры. Нарезать дольками. Сбрызнуть соком лимона. Орехи порубить, добавить корицу, гвоздику, ванил. сахар, тертую цедру.

2. Тесто раскатать в прямоугольник по форме противня, выложить на противень. Наколоть вилкой, положить ореховую смесь, сверху рядами разложить яблоки. Выпекать в нагретой до 200°С духовке 5 мин. Пирог сразу смазать теплым вареньем или джемом. Коньяк нагреть, поджечь и горящей жидкостью полить пирог.



Время приготовления: 2 ч
Количество порций: 8–12

Сона Караханян, г. Новороссийск. **По вашим рецептам я приготовила много блюд, хочу предложить свой.**

Сдобные булочки с изюмом

ПОНАДОБИТСЯ

Для теста:

- 2,5 стакана молока
- 30 г свежих дрожжей
- 6 стаканов муки
- 3 яйца
- 1 стакан сахара
- 1 пакетик ванильного сахара
- 1 стакан изюма
- 4 ст. л. раст. масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить тесто. Дрожжи развести теплым молоком, добавить 2 яйца, сахар, ванильный сахар, растительное масло, муку, перемешать. В конце замешивания добавить промытый изюм без косточек, снова перемешать. Накрыть, поставить в тепло, дать подойти.

2. Подошедшее тесто обмять, разделить на небольшие кусочки. Из кусочков скатать колобки и узкие полоски.

3. Из полосок теста сплести небольшие косички. Колобкам придать форму булочек. Выложить все на смазанный растительным маслом противень. Дать отстояться 20 мин. Смазать верх булочек и косичек взбитым яйцом.

4. Поставить противень с изделиями в заранее нагретую до температуры 180°С духовку. Выпекать в течение 30 мин. Готовые булочки и косички выложить на блюдо, украсить по желанию.

Ирина Жукова советует

- **Перед приготовлением дрожжевого теста муку нужно обязательно просеивать через сито, чтобы выпечка была пышнее.**
- **Яйца следует взбить отдельно, а потом добавить в тесто.**
- **Тесто получится более воздушным, если замешивать его на кефире или на простокваше.**
- **В качестве наполнителей можно использовать любые орехи, нарезанную курагу и чернослив.**
- **Вынутые из духовки булочки накройте полотенцем на 10 мин, чтобы корочка стала мягче.**

Фото: О. Билунова (2)



Время приготовления: 1 ч
Количество порций: 6–8

Галина Акопян, г. Котлас, Архангельская обл. **Мне нравится ваш журнал. Хочу поделиться хорошим рецептом.**

Торт "Зебра" в шоколадной глазури

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста:** 4 яйца; 1,5 стакана сахара; 100 г сливочного масла; 2,5 стакана муки; 1 стакан сметаны; 1 ч. л. гашеной соды; 4 ст. л. какао; 1 ч. л. слив. масла для смазки
- **Для глазури:** 1 ст. л. какао; 0,5 стакана молока; 3/4 стакана сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить тесто. Взбить яйца с сахаром. Продолжая взбивать, добавить в смесь растопленное слив. масло, сметану, муку и гашеную соду. Тесто должно быть чуть круче, чем на оладьи.

2. Разделить тесто на 2 части. В одну часть добавить 4 ст. л. какао, тщательно перемешать.

3. В круглую форму, смазанную сливочным маслом, поочередно выливать: ложку белого теста – ложку темного теста. Продолжать, пока все тесто не окажется в форме.

4. Выпекать 25–30 мин в нагретой до 200°С духовке. Готовый торт вынуть, переложить на блюдо.

5. Приготовить глазурь. В сотейнике смешать молоко и сахар, поставить на огонь. Помешивая, варить до растворения сахара. Добавить какао, помешивая, довести до кипения. Покрыть торт готовой глазурью. Охладить. Нарезать на порции.

Ирина Жукова советует

- **Готовя тесто, сначала хорошо взбейте яйца с сахаром до однородной массы. Лучше это делать миксером на большой скорости. Затем уменьшите скорость и добавляйте остальные компоненты**
- **Для аромата советую добавить в тесто и в глазурь ванильный сахар.**
- **Выпекать взбитое тесто нужно сразу же в заранее нагретой духовке, иначе оно осядет.**
- **Глазурь можно сделать из шоколадки, растопив ее с 3 ст. л. молока.**

Обо всем понемногу

Особенное спасибо шеф-повару Ирине Жуковой. Как хорошо, что она дает советы, чем можно заменить тот или иной продукт. Делюсь и я с читателями своими советами.

● В дрожжевое тесто (в жидкую основу) всегда добавляю 1ст. л. майонеза.

● Сейчас почти во всех магазинах продают морскую капусту в килограммовых пластмассовых упаковках. Очень удобно постричь ее ножницами прямо в упаковке, поставив ножницы вертикально. Выложить часть в салатник, остальную часть закрыть пленкой — и в холодильник. Хранится больше недели.

● Чтобы быстро нарезать чеснок, положите дольку на разделочную доску. Надавите ножом плашмя на нее, а потом порубите.

● Крошки от печенья, вафель, халвы, пряников, шоколада я складываю в стеклянную банку — и в холодильник. Посыпаю сладкие пироги, торты.

Ирина Нежванова, г. Тверь

Секреты из тетради

Решила поделиться секретами, которые тщательно собирала в тетрадь несколько лет.

● Печень будет вкуснее, если перед обжариванием ее опустить в кипящую воду на 1 мин в кипящую воду. Затем промыть холодной водой и обсушить.

● Фасоль при тушении не потемнеет, если тушить ее в открытой посуде. Фасоль нужно варить, положив в холодную воду, а чечевицу, опустив в кипяток.

● Вареное мясо будет сочное, если его целым куском положить в кипящую воду, а затем варить до готовности на слабом огне.

● Хлеб долго не зачерствеет, если хранить его в закрытой стеклянной, фарфоровой или эмалированной посуде.

Маргарита Сарьян, г. Белоусово

Если тортик пригорел

С вашим журналом я познакомилась полгода назад. Мне все очень понравилось, и я тоже решила принять участие в вашем конкурсе.

Если у вас пригорела выпечка, не расстраивайтесь заранее. Ведь это легко исправить при помощи обыкновенной терки. Получается очень ровно и почти незаметно. Этот способ подходит и для печенья, и для бисквитных тортов. Я проделывала это много раз, получается. И настроение быстро поднимается.

Светлана Смирнова, Алтайский край

Полезный опыт

Всю жизнь собираю кулинарные секреты, накопила солидный багаж. С удовольствием делюсь ими с читателями.

● Проверить качество сметаны можно в домашних условиях: 1 ч. л. сметаны растворите в стакане горячей воды. Хорошая сметана растворится в воде сразу, суррогат осядет на дно.

● Творог лучше не замораживать. После разморозки он становится жестким.

● Творог станет мягким и воздушным, если вместо сметаны добавить в него немного минеральной воды.

● Белки нужно взбивать в стеклянной посуде, в алюминиевой они темнеют.

● Если варите уху, в конце готовки обязательно добавьте 50 мл водки, вкус станет пикантнее.

● Прежде чем жарить лук, обваляйте его в муке, он не подгорит и будет золотистым и хрустящим.

● Белокочанная капуста при жарке не потемнеет, если посолить ее уже после приготовления, когда она остынет.

Людмила Николаевна Климова, г. Новосибирск

Пишите нам!

Присылай к нам в редакцию свои кулинарные секреты! За публикацию получишь приз — 300 руб. Смотри купон на с. 66.



Кому конфетку?

Наш сын в детстве очень любил шоколадные конфеты, мог их есть целыми килограммами. Я обычно конфеты от сынули прятала и выдавала по одной. Однажды к нам в гости должен был прийти начальник моего мужа с супругой. Я приготовила вкусный обед, а на десерт купила большую коробку шоколадных конфет. Начальник долго хвалил мои кулинарные способности, потом я предложила попить всем чаю. Почти не глядя, начальник достал из коробки конфету, развернул ее и отправил в рот. И тут же с криком выплюнул — его зубы вместо шоколада вошли в пластилин. Оказывается, сын нашел мой тайник, понемногу вытаскал из коробки все конфеты, а вместо них завернул в обертку коричневый пластилин. Стоит ли говорить, как же ему попало! Сейчас у него двое детей, мы иногда вспоминаем эту историю и смеемся.

Елена Сенчева, г. Ульяновск

Супчик с поп-корном

Моя бабушка была дома одна и решила сварить вкусный гороховый суп. А я на днях купила пачку зерен поп-корна и положила их в банку, где раньше всегда хранился горох. Бабушка, не разобравшись, взяла да и высыпала их в бульон. В кипящей воде зерна размягчились и полопались. Когда я вернулась домой, бабушка стала меня уговаривать поесть. Я сдалась и налила себе тарелочку супа. Ничего не заметив, я съела его, вымыла тарелку и хотела поставить на полку, смотрю, поп-корна нет! Спросила у бабушки, а она мне сказала, что это был горох и она его в суп добавила. Мы долго смеялись, а супчик, кстати, вкусный получился!

Екатерина Наумочкина, г. Нижний Новгород

Ты — мне, я — тебе

Моей дочке Алене было 10 месяцев, и мы решили ее покрестить. Батюшка у церкви предложил нам взять домой крошечного котенка. Отказаться мы не смогли, уж очень он был маленький и хорошенький. Назвали мы его Лазиком. Моя дочка не отличалась хорошим аппетитом, но я заметила, что с появлением котенка Алена стала есть намного лучше. Причем еда исчезала в тот момент, когда меня на кухне не было. Я этому особого значения не придавала до тех пор, пока не застала их вдвоем за столиком: Алена кормила киску своей едой. Секрет был разгадан, и я уже не отходила от дочки во время трапезы. Но сюжет получил неожиданное продолжение: как-то Алена не доела сырник и я положила его в миску котенку, а сама пошла готовить обед. Дочка внезапно проголодалась, нашла этот сырник у киски в миске и попыталась отправить в рот, я еле успела его поменять на хлеб.

Вот так дружно поддерживали друг друга киска и дочка. И сейчас, когда Алене уже 3 года, они дружат, и дочка всегда угощает уже взрослого котика вкусненьким.

Лариса Харламова, г. Вологда

Пишите нам!

Расскажи нам свою забавную историю! За публикацию приз — 500 руб.

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:



Праздничная закуска

Семья Ольги Нежвановой из Твери любит рыбу и любит принимать и удивлять гостей. Ольга готовит из рыбы много необычных блюд, например как эта закуска. Гости в восторге. Почему бы и вам не попробовать?



Светлый праздник

Каждый год на Пасху Марина Библиева печет эти восхитительные куличи. Друзья Марины говорят, что кулич — просто пальчики оближешь. Испеките обязательно!



Кексы "Легкие"

Эти кексы такие нежные! Так и хочется поскорее откусить кусочек. Ольга Рачицкая готовит их очень быстро. Да и по затратам выходит недорого, зато какое удовольствие, они просто тают во рту.



Необычный плов

Немного фантазии, и простое блюдо превращается в шедевр. Ольга Кислова справляется с этой задачей мастерски.

Апрельский номер "Люблю готовить!" поступит в продажу 26 марта.

Наши победители (март)

Авдонина О., г. Кинешма; **Агапова Ю.**, г. Москва; **Акопян Г.**, г. Котлас; **Арестова К.**, г. Магнитогорск; **Асманкина М.**, Калужская обл.; **Бабаева В.**, г. Самара; **Бахурова И.**, г. Рязань; **Беляева Н.**, г. С.-Петербург; **Бессонова А.**, г. Старый Оскол; **Библиева М.**, г. Москва; **Богданова С.**, г. Саратов; **Брунчукова М.**, г. Ханты-Мансийск; **Валегужина И.**, г. Новотроицк; **Валяровская А.**, г. Москва; **Величко С.**, г. Лабинск; **Гимельфарб В.**, г. Орск; **Голованова Л.**, г. Кировск; **Гордеева О.**, г. Владикавказ; **Григорук А.**, г. Бердск; **Гуркина А. и О.**, г. Азов; **Дерягина Е.**, г. Ивантеевка; **Дорощенко С.**, г. Москва; **Землякова Е.**, г. Белгород; **Ерпелова О.**, г. Краснодар; **Ефимова О.**, г. Одинцово; **Жукова О.**, г. Москва; **Завьялова В.**, г. Хабаровск; **Евдокимова Ю.**, г. Владивосток; **Ивах О. и В.**, г. Москва; **Ильинская А.**, г. Череповец; **Караханян С.**, г. Новороссийск; **Кириллова К.**, г. Уссурийск; **Кирионенко О.**, г. Красногорск; **Клепова Т.**, г. Ростов-на-Дону; **Климова Л.**, г. Новосибирск; **Колокольцева О.**, г. Кемерово; **Копейкина А.**, г. Смоленск; **Копылова М.**, г. Тула; **Кравченко О.**, Челябинская обл.; **Кудрявцева Т.**, Тверская обл.; **Кузина И.**, г. Воронеж; **Лазарева Т.**, Московская обл.; **Лапина И.**, г. Калининград; **Лебедева Н.**, г. Красногорск; **Леонова С.**, г. Подольск; **Лирова З.**, г. Москва; **Макарова Е.**, г. Обнинск; **Макарова Т.**, г. Конаково; **Малышева З.**, г. Дрезна; **Маркова К.**, г. Москва; **Мещерякова Ю.**, г. Ишим; **Москвитина Л.**, г. Москва; **Насретдинова Р.**, г. Ижевск; **Наумочкина Е.**, г. Нижний Новгород; **Нежванова И.**, г. Тверь; **Осокина О.**, г. Уфа; **Пахомова О.**, Тамбовская обл.; **Пестель З.**, г. Салават; **Пересадченко Н.**, г. Ногинск; **Петрова Ю.**, г. Самара; **Полуничкова С.**, Краснодарский край; **Поморгайло Е.**, г. Тольятти; **Расчесова Н.**, г. Можайск; **Рощина Е.**, г. Саратов; **Рулева Н.**, г. Дубовка; **Рябцева С.**, г. Алексеевка; **Саблина М.**, г. Тамбов; **Самойлова Н.**, г. С.-Петербург; **Сарьян М.**, г. Белоусово; **Сенчева Е.**, г. Ульяновск; **Славнова Г.**, Саратовская обл.; **Смирнова С.**, Алтайский край; **Сокол А.**, г. Томск; **Соколова Е.**, г. Москва; **Стеклова Е.**, г. Ульяновск; **Судакова О.**, г. Ульяновск; **Тимашевских Е.**, г. Липецк; **Толстихина И.**, г. С.-Петербург; **Труш Э.**, г. Владивосток; **Федорова М.**, г. С.-Петербург; **Федоров М.**, г. Ессентуки; **Фомин В.**, г. Омск; **Харламова Л.**, г. Вологда; **Хохлова Л.**, г. Славянск-на-Кубани; **Чеботаева Н.**, г. Ставрополь; **Чеботарь С.**, г. Дзержинск; **Чувина Н.**, г. Новозыбков; **Цоль Е.**, г. Луховицы; **Якубец А.**, г. Иванцевичи; **Ямщикова Н.**, г. Тюмень; **Ясинская М.**, г. С.-Петербург.

Все блюда этого номера:

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ №3/2009

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

Газета выходит ежемесячно
Главный редактор: **Елена Фалатова**
Издательский директор: **Инна Корниенко**
Адрес редакции: Россия, 127018, Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4
Телефон: (495) 787-94-34
Для писем: 127521, Москва, а/я 60, gotovte@burda.ru

Учреждено и издается ЗАО "Бурда Интерактив"
Адрес издателя: Россия, 127018, Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4
www.burda.ru

Директор по рекламе:
Виктория Тропинская, tropinskaya@burda.ru
Тел.: (495) 787-33-66
Отдел рекламы: тел.: (495) 787-33-66, факс: (495) 797-98-55
Менеджер по рекламе:
Наталья Авраменко, n.avramenko@burda.ru
Отдел распространения:
(495) 797-45-60, vertrieb@burda.ru

Уважаемые читатели, предлагаем Вам оформить подписку!
Подписной индекс **18127** в каталогах "Пресса России" и "Роспечать"
Подписной индекс **60300** в каталоге "Почта России"
Телефон отдела подписки: (495) 660-73-69
E-mail: abo@burda.ru; http://burda.ru/subs

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-33362 от 03.10.2008 г.

Типография: ООО "Полстар", г. Москва, Волоколамское шоссе, д. 4 ГУК МАИ сектор Б, тел. 785-57-33.
Время передачи в печать: 10.02.2009.
Дата выхода в свет: 26.02.2009.
Тираж: 1 500 000 экз.
Цена свободная.

КОНКУРСНЫЙ КУПОН

Для участия в конкурсе заполни этот купон, приложи к нему рецепт со снимком блюда и свою фотографию (с обратной стороны обязательно напиши, кто на ней изображен) и вышли в редакцию по адресу: 127521, г. Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". Или пришли рецепты, фото и данные, указанные в купоне, по электронному адресу: gotovte@burda.ru. Если найдешь свой рецепт в одном из номеров "Люблю готовить!", получишь приз от редакции — 500 рублей почтовым переводом (для граждан Российской Федерации).

Убедительная просьба заполнять купон печатными буквами и не присылать фотографии, сделанные с помощью мобильного телефона

Укажи рубрику	Впиши название рецепта
1	
2	
3	
4	
5	

Фамилия | Имя | Отчество

Дата рождения (число, месяц, год) | Серия и номер паспорта

Кем и когда выдан паспорт (число, месяц, год)

Контактный телефон (с кодом города)

Индекс | Область

№ дома | № корпуса | № квартиры

3/2009

"Я даю согласие ЗАО " Бурда Интерактив" (ОГРН 1037714021091) на обработку моих персональных данных любым способом, в том числе на сбор, хранение, а также передачу третьим лицам для рассылки рекламных материалов. Согласие дано на неопределенный срок и может быть отозвано в письменной форме. Я также даю согласие на получение рекламных материалов по сетям электронной связи и по почте".

